

TEIVA

EN PORTADA:
MIRIAM SÁNCHEZ

SOBRE GUSTOS...
ESTÁ TODO ESCRITO

LORENZO
CASTILLO Y
MACARENA
REY

DEMOCRATIZAN
LA DECORACIÓN

Relatos de autor XXI

"Tomar medidas"
Por Blanca Lacasa

ENVEJECIMIENTO
GRANDES
HALLAZGOS

LA NUEVA
ANA
PELETEIRO

Maternidad,
reto olímpico y
su faceta como
entrevistadora

NUEVO
ARMARIO

ROJO
ESCARLATA

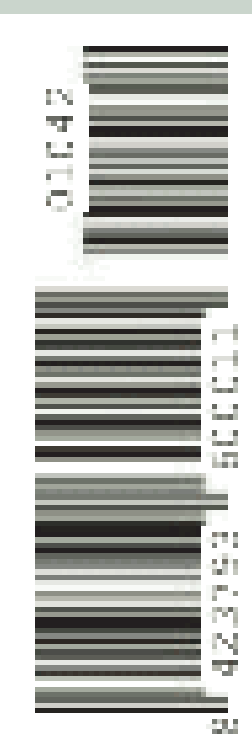
FALDA
ABULLONADA

PLUMAS
EN TODO...

NUEVA
SILUETA

EL TRENCH SE REINVENTA
LA MODA SE PONE AUDAZ

Nº 1042
FEBRERO 2026
5,50€







louisvuitton.com

LOUIS VUITTON





REACH FOR THE CROWN

EL OYSTER PERPETUAL

CASTELLANA
EL CORTE INGLÉS

Raimundo Fernández Villaverde, 79

ROLEX BOUTIQUE



ROLEX





BVLGARI
ROMA 1884





A fashion advertisement featuring Chiara Ferragni. She is sitting on a large, structured brown leather tote bag. She is wearing a white button-down shirt with a deep V-neckline and blue denim jeans. Her long, wavy brown hair is blowing in the wind. She has several tattoos on her arms and is wearing a gold watch and a bracelet. The background is a plain, light-colored wall.

GUESS

with

CHIARA FERRAGNI

GUESS.EU



FENDI

FENDI.COM

2026
nº 1042

Foto datada

18 La ligereza: En 2002 Gisele Bündchen tiene 22 años, es la modelo mejor pagada y va y viene con su novio Leo di Caprio.

Tendencias

20 Lo que veremos en 2026: No falla: volverá el pijama, las faldas con grandes volúmenes, el look de trabajo y las plumas ¿Qué te apuestas?

32 Mariano Moreno o el espíritu de la alta costura.

46 La Roma de Cartier: Una cita muy especial en los Museos Capitalinos que une sus piezas más especiales con la Roma clásica.

48 ¿Sufres tsundoku? Es la costumbre de comprar más libros de los que podrías leer en varias vidas.

Cultura

Todo lo que debes saber de arte, libros, cine o teatro para no perder el pulso cultural.

63 Margot Robbie y Jacob Elordi brillan en la nueva versión de *Cumbres borrascosas*.

68 Enzo Vegrincic ha contado en un libro su encuentro con la fama tras rodar *La sociedad de la nieve*.

82





“Lo más español en decoración es la estética que rige en nuestras casas de campo, que no tienen nada que ver con las del resto de Europa”
(Lorenzo Castillo)

110

Telva

Personalidades poderosas
(en la moda, y en las artes...)

82 Moda tendencias: Un paseo por las aportaciones de los nuevos creativos en firmas como Dior, Chanel o Celine.

110 “Todos llevamos un

decorador dentro”, dice el interiorista Lorenzo Castillo, que nos explica el nuevo *talent show* DecoMasters, junto a Macarena Rey, su ideóloga.

138 Ana Peleteiro.

La atleta enfrenta el año con dos objetivos: su nueva maternidad y Los Ángeles 2028.

Belleza

180 La peluquería del futuro.

Sostenibilidad, tecnología e hiperpersonalización serán sus características.

Cocina

192 La patata: Sorpréndete con lo que da de sí en 11 recetas.

La última

202 Cuestionario Proust:
Kira Miró.

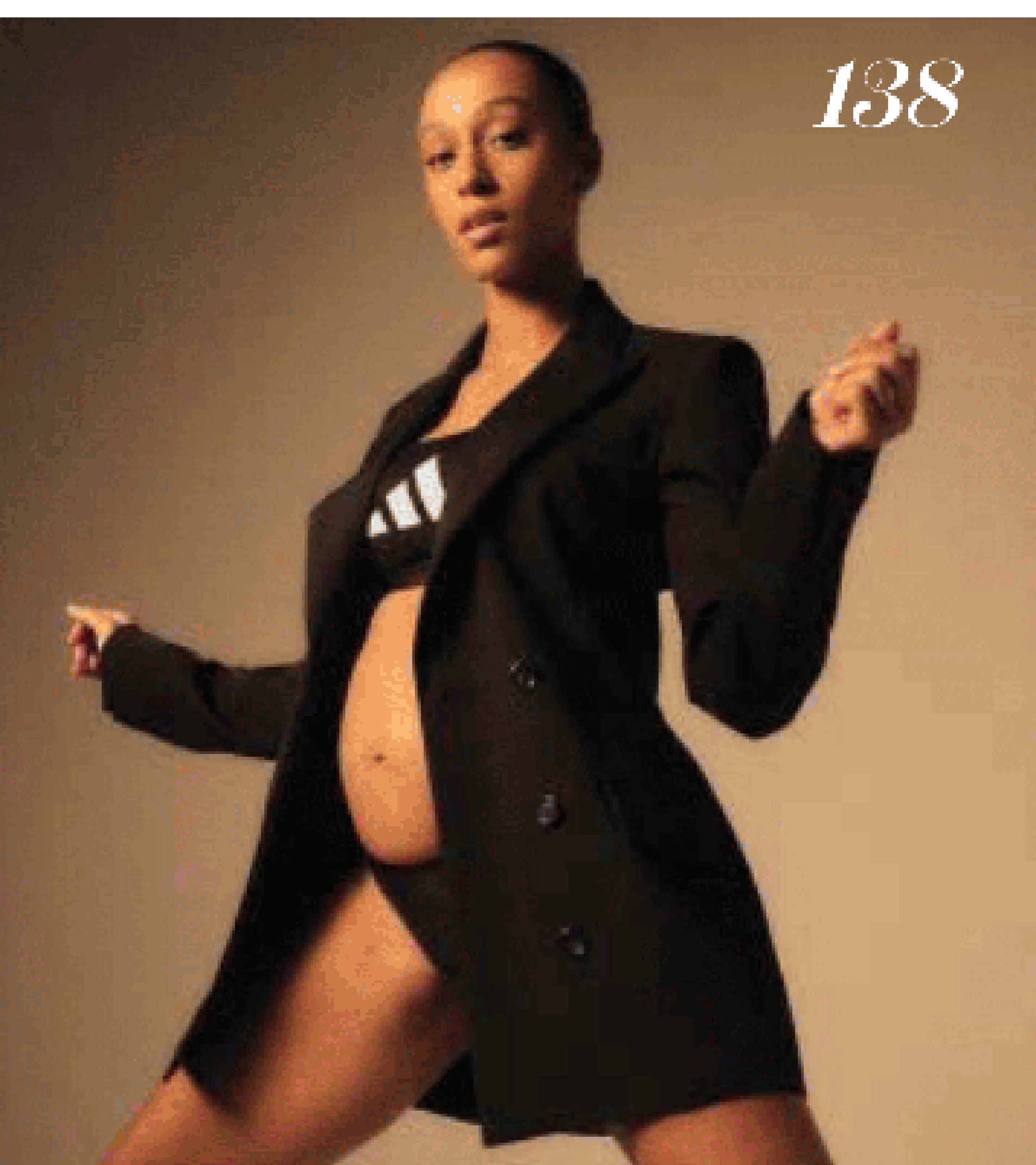
La portada

La modelo MIRIAM SÁNCHEZ (Traffic Models) con traje de chaqueta Bar con minifalda tableada, DIOR. Realiza: ALICIA CILAPA. Foto: JAVIER BIOSCA. Maquillaje: JOSE BELMONTE (COOL) para Nars. Peluquería: MANU FERNÁNDEZ (COOL) para Moroccanoil. Ayudante de estilismo: INÉS ESNAL.



Videos exclusivos
en Orbyt y Telva.com

Síguenos en Instagram



SUSCRÍBETE A **TELVA**

En la pág. 199 encontrarás los detalles y, de regalo, un lote de productos de SELVERT para preservar la juventud, valorados en 181 €.

Miss Dior

THE NEW ESSENCE



DIOR

TELVA

ES UNA REVISTA DEL GRUPO UNIDAD EDITORIAL (EDITA EDICIONES CONICA S.A.)

Directora OLGA RUIZ
Subdirectora LUCÍA FRANCESCH

Directora de Telva.com
ELENA L. ÁVILA

Directora de Moda
ALICIA CHIAPA

Directora de Belleza
PALOMA SANCIO

Directora de Arte
CAROLINA CARRASCAL

REDACTORES JEFE

Cocina, Decoración y Viajes ISABELA MUÑOZ
Sociedad CRISTINA LARRAONDO
Moda MARTA DE LA CALZADA
Cultura CÉSAR SUÁREZ
Edición y Cierre ELENA FLOR
TELVA.com BLANCA DE ALMANDOZ

MODA

Estilistas
CRISTINA GARCÍA
VIVANCO, RAQUEL MEJÍAS
Responsable de Producción Moda
OTILIA RODRÍGUEZ
DELCLAUX

REDACTORAS

MARÍA FERNÁNDEZ DE CÓRDOVA,
CLARA SÁNCHEZ DE RON, MIRIAM
MASCAREÑAS, LAURA RODRIGÁNEZ,
ELISA ÁLVAREZ, LAURA CADENAS,
LORETO RUIZ-OCAÑA
Editora de Redes Sociales
LAURA GONZÁLEZ ARRIAGA
Editor de vídeos
EDUARDO GARRIDO
Coordinadora de Acciones Especiales
VERÓNICA GONZÁLEZ

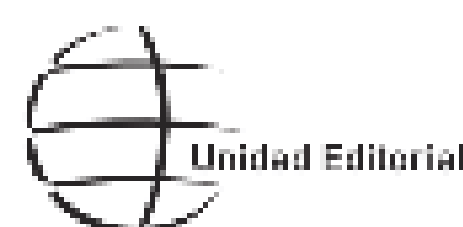
DISEÑO

Jefa de maquetación EMILIA PEÑALBA
Maquetadora ELENA ARANGÜENA
Diseño digital LETICIA PÉREZ CASTELL

Archivo y Documentación
ISABEL RAMOS DE MOLINS

Colaboradores Redacción: VIS MOLINA, ANI VALLHONRAT, LUCÍA HEREDERO, MAMEN RUIZ PUERTAS, MAMEN INFANTE, BEGOÑA DONAT, CRISTINA M. FRUTOS, TONI TORRECILLAS, RAQUEL CARMONA. **Fotógrafos:** TONI MATEU, TOMÁS DE LA FUENTE, JONATHAN SEGADÉ, JESÚS ISNARD, JAVIER BIOSCA, JOSEFINA ANDRÉS, CHANTELLÉ DOSSEI, ANTONIO TERRÓN, ANTÓN GOIRI, UXÍO DA VILA, SANTIAGO BELIZÓN, LUPE DE LA VALLINA, FLAMINIA PELAZZI, EREA AZURMENDI, ANTOINE DOVEN, WESTON WELLS, CHARLY CALDERÓN.

Directora de Negocio
ADELINA GIMÉNEZ



Editora
EDICIONES CONICA S.A.
Avenida de San Luis, 25.
Madrid 28033. Tel. 91443 50 00

Administradores
MARCO POMPIGNOLI
LAURA MÚGICA

**Comercialización
de Publicidad**
UNIDAD EDITORIAL S.A.

**Director
de Publicidad**
RAFAEL SERRAHIMA

REDACCIÓN

Madrid. Avda. de San Luis, 25. 28033 Madrid. Tel. 91 443 50 00
Barcelona. Avda. Diagonal, 431 bis 6º 08036 Barcelona. Tel. 93 496 24 00.
Administración Avda. de San Luis, 25. 28033 Madrid

EDICIONES CONICA S.A.

Suscripciones y ejemplares atrasados Tel. 91 050 1629
clientes@elclub.es **Imprime** ROTOCOBRI S.A. Ronda de Valdecarrizo, 13.
Pol Industrial de Tres Cantos. 28760 Tres Cantos Madrid.

EDICIONES CONICA S.A. Madrid 2026. © Todos los derechos reservados. Esta publicación no puede, ni en todo ni en parte, ser distribuida, reproducida, comunicada públicamente, tratada o en general utilizada, por cualquier sistema, forma o medio, sin autorización previa y por escrito del editor. Miembro de la Asociación de Revistas de Información ARI, Asociada a la Federación Internacional of Periodical Press FIPP. **Publicación mensual.** Depósito legal: M. 13.241-1963. ISSN 0212-2375. Impreso en España **PRECIO PARA CANARIAS:** Igual al precio de cubierta, incluida sobretasa.



Nuevo Kia Stonic.

Conduce en modo Like.

Dani

Stooooonic

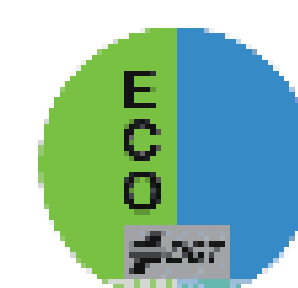
Laura



Movement that inspires

No importa lo que hagas. No importa dónde vayas, siempre tendrás un amigo con el que podrás estar totalmente conectado: tu nuevo Kia Stonic. Muévete con total libertad y disfruta del diseño más auténtico y actual. Súbete a un coche que te hará conducir en modo Like.

Emisiones CO₂ combinadas WLTP (g/km): 122-128. Consumo combinado WLTP (l/100km): 5,4-5,7.



U

na de las profesionales que suele atenderme en mi peluquería de toda la vida es venezolana, de una población al oeste del país llamada Santa Bárbara de Barinas, muy cerca de la frontera con Colombia. Como darse el color es un proceso largo y tedioso que requiere de más de media hora entre preparar la emulsión y aplicarla, además de hablar de esto o aquello siempre echamos una parrafada sobre cómo están su madre y sus hermanos en Venezuela, sobre María Corina o sobre la galería de penalidades que afectan al día a día de una familia como la suya, para quienes resistencia sólo significa eso, resistir. Aguantar cortes de luz diarios o acarrear gasolina de contrabando desde Colombia para conectar la bomba de agua que da de beber al ganado son sólo dos de los problemas de suministro energético que su familia y cientos de miles de familias venezolanas tienen que soportar, en un país con las reservas petrolíferas más abundantes del planeta. A menudo la media hora se nos queda corta y habitualmente es tanto mayor su desespero cuanto más vanos los intentos legales de la oposición de destituir al dictador Maduro. Pero no en esta ocasión. Estaba exultante. Feliz por la extracción de Maduro del país por los militares norteamericanos (“¡y que le hagan pagar todo lo que nos ha hecho!”, exclama) y dichosa por su próxima visita a su familia, en febrero, tras más de dos años sin



FOTO: JONATHAN SEGADÉ

“CUANDO COLOMBIA CIERRA SUS FRONTERAS, SIEMPRE HAY GENTE QUE POR 35 DÓLARES TE CRUZA EL RÍO EN CANOA”, ME CUENTA MI PELUQUERA VENEZOLANA CON INTENCIÓN DE TRANQUILIZARME

carretera ya estás en Venezuela, a menos de 200 kilómetros de casa”. Imagino con emoción a mi peluquera, arrastrando esos dos maletones para su familia, y le desco un reencuentro feliz. Sólo estará 20 días con ellos, el trabajo en la pelu la reclama. Ella es uno de los ocho millones de venezolanos que han tenido que buscarse la vida fuera de su país. Mientras, nosotros asistimos aturridos a las acciones y amenazas de un Trump convencido de que en su vecindario manda él.

Olga Ruiz, directora.

MARTI
DERM
LA FORMULA

PUREZA CONCENTRADA
MÁXIMO PODER ANTIOXIDANTE
E HIDRATANTE EN UNA SOLA DOSIS

91%

Notan su piel
más luminosa

Hasta

88%

Piel más hidratada*

97%

Perciben su piel
más firme



foto datada

Gisele Bündchen en el *backstage* del desfile de Victoria's Secret en el The New York State Armory en Nueva York.



2002
Gisele Bündchen



ISABEL ESPÍÑO

*Periodista
de El Mundo*

Qué fácil, qué liviano parece todo. Ha terminado la moda del *heroin chic* de los 90, ya nadie sigue aquella dieta Atkins que convirtió los carbohidratos en veneno prohibido. Gisele, 22 años, es la nueva diosa. Tras Cindy, tras Linda, tras Claudia. Acaba de convertirse en la top mejor pagada, va y viene con su novio Leonardo DiCaprio... Tan guapos, tan jóvenes. Como en la foto, todo en esos años sabía hedonista y voluptuoso. Comer pizza en bata de satén. No hay de qué preocuparse. Yo también asomaba a los veinte por entonces. Y todo era fácil, liviano. Vestíamos pantalones de tiro bajo sin atormentarnos con abdominales marcados. No había *selfies* perfectos, solo fotos para recordar viajes, noches y celebraciones. A veces borrosas, a veces con los ojos rojos. Lo sé: a menudo el brillo de la nostalgia no nos deja ver. Con el tiempo, supimos que muchos *ángeles* pasaban semanas a base de líquidos. Con el tiempo, aquellos desfiles de mujeres perfectas nos parecieron antiguos. Pero yo sigo añorando los voluptuosos 2000, cuando todo resultaba sencillo. O, tal vez, lo que extraño sea la ligereza de los veinte. **T**

La moda de los años 2000 se reinventa esta temporada con jeans de tiro bajo, minifaldas o bolsos *baguette* bajo el llamado estilo Y2K.

Isabel Espiño es jefa de sección en El Mundo donde escribe la columna *La Penúltima* todos los jueves.

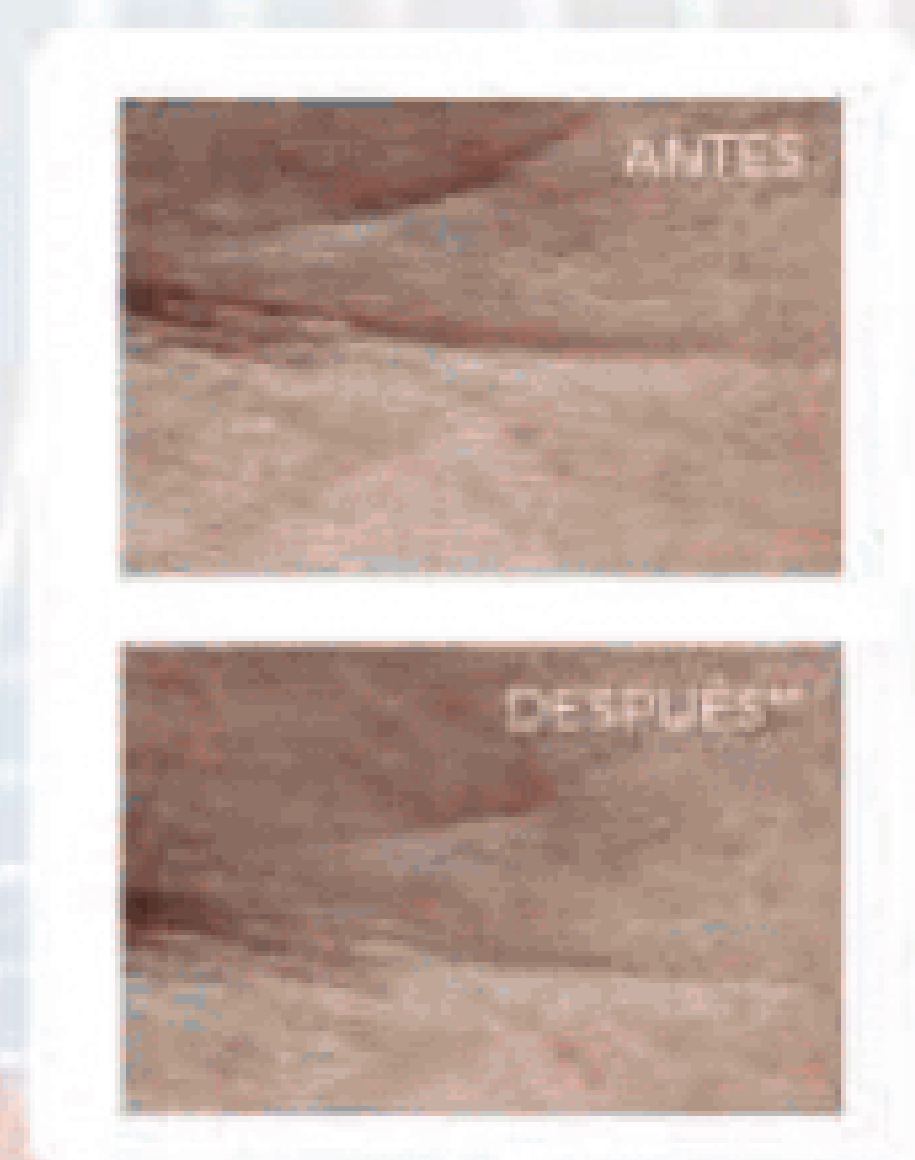
Eucerin®

Revierle 10 signos de envejecimiento de la piel

**Innovación Revolucionaria
en Epigenética**



**Resultados
en 4 semanas***



* Fuente: test de uso de producto en 160 mujeres durante 4 semanas.

** Estudio clínico con 72 voluntarios aplicando el producto dos veces al día durante 8 semanas. Imagen después de 4 semanas. Los resultados individuales pueden variar.

Y ESTO SOLO ES EL COMIENZO

De la temporada,
de la revisión de armario,
de la curiosidad por saber
qué extrañezas acabaremos
normalizando o qué color
adoptaremos pero, ante todo,
es el comienzo de nuevos
directores creativos
en las firmas de lujo que
marcan el pulso de la industria:
Chanel, Dior, Balenciaga...

Aquí, un *apéritif*
que anuncia una
PRIMAVERA/VERANO
que no tomaremos a la ligera.

—Realizan: Marta de la Calzada
y Raquel Mejías.



PIJAMAS (DE USO PÚBLICO)

Los pijamas masculinos estampados se feminizan con tops lenceros o blazers brocadas entalladas llevadas por dentro del pantalón. Arriba, Rod Stewart en una fotografía tomada en el Royal Garden Hotel de Kensington en 1974 rodeado por algunos de los looks de la colección primavera-verano 2026 de Dolce & Gabbana.



Si en la última semana de la moda de Milán se tramaba la tendencia, en los alrededores algunas invitadas parecían conocer las marcas monoproducción que desde hace años se enfocan en el pijama para la calle.

Las Moleskine de la comodidad: Olivia von Halle, Desmond and Dempsey, For Restless Sleepers, trabajan sobre un moodboard en el que no falta Claudette Colbert en *Un marido rico* (1942).

Cuando Harry Styles o Sofia Coppola pasan por Roma no es difícil encontrárselos en Schostal (schostaloriginals.com), una pequeña tienda fundada en Via del Corso en 1870, tratando de elegir entre una montaña de pijamas de popelín. El lema de esta dirección fetiche, que entrecomilla en la propia web, “todos pueden llevar pijama, pero muy pocos saben estilizarlo”, tiene mucho que ver con la intención del último desfile de Dolce & Gabbana. Los italianos, partiendo de los pijamas masculinos clásicos y la intimidad del *boudoir* (no olvidemos que el corsé es su emblema), trabajan el algodón como el tejido perfecto para su sastrería y rompen con la idea de que las tendencias muy marcadas deben “compensarse” o “rebajarse” con piezas contraste. La colección llamada *PJ Obsession* anima al todo por el todo con la vehemencia del carácter siciliano.



Pijamas bárbaros

Por Ana Velasco Molpeceres

Bárbaros. Extraños y orientales. Así era como se veían los pijamas en la antigüedad. Los usaban los arqueros esteparios, que montaban a caballo y eran nómadas. Para los soldados de Alejandro Magno eran propios de los persas, sus enemigos, y llevaban razón. La palabra pijama procede del término pây-jâmeh: "prenda para las piernas", pantalones. A diferencia de la falda, que fue la primera vestimenta de hombres y mujeres, el pijama protegía las piernas y las cubría, envolviendo cada una por separado. La pernera, que era ancha, subía por la cadera y se sujetaba gracias a un cordón o a un nudo. El pijama era una especie de taparrabos largo, que terminaba en el tobillo. Esta voz persa pasó al urdu y al hindi como pâyjāma y en India y el Imperio otomano fue usado por hombres y mujeres, formando un conjunto con una camisa larga y ancha, llamada kurta. En el siglo XVI, esta prenda se conoció en Europa a través de las relaciones comerciales de los británicos con sus colonias. Desde Constantinopla, el pijama comenzó a circular como un objeto exótico y de prestigio. Una curiosidad. Pero no para dormir, sino para exhibirse (ante los íntimos) como prueba de modernidad. Los pijamas eran prendas de lujo para hombres confeccionadas en tejidos ricos, que se llevaban con turbantes o túnicas y batas para estar en casa. Las mujeres no podían usarlos, pues lo que de verdad era extraño, igual que en Grecia y Roma, eran los pantalones. Aunque hasta el siglo XIX, en Occidente, los varones no utilizaron modelos largos sino calzones y calzas, con medias, que llegaban a la rodilla o un poco más abajo, la Revolución Francesa cambió ese uso. Y, en paralelo, los largos camisones antiguos pasaron de moda. Los pijamas, gracias a la industrialización y al precio económico del algodón, se convirtieron en tendencia. Algo parecido a lo que Dolce & Gabbana propone para la primavera de 2026 con sus pijamas de rayas de siempre, adornados con encajes, flores y bordados. En la década de 1930, los hoteles de Deauville prohibieron a las "elegantes" los pijamas de playa hasta que, en la II Guerra Mundial, se produjeron en masa para mujeres y niñas por utilitarios y se normalizaron. Casi cien años después, llevar pijama vuelve a ser de bárbaras... en elegancia.

Ana Velasco es historiadora de la Moda y acaba de publicar "Historiones de la Moda" en Ed. GeoPlaneta.

UN TOQUE: HIPERFEMENINO



Guantes largos, Prada. Top, Antik Batik. Bailarinas modelo "Rita" en malla (850 €) Chloé. Top bandeau floral, Miu Miu. Bóxer con lentejuelas (45 €) Hand Over. Vestido lencero, Mango.

BALENCIAGA

GIAMBATTISTA VALLI

PRADA

FALDA ABOMBADA

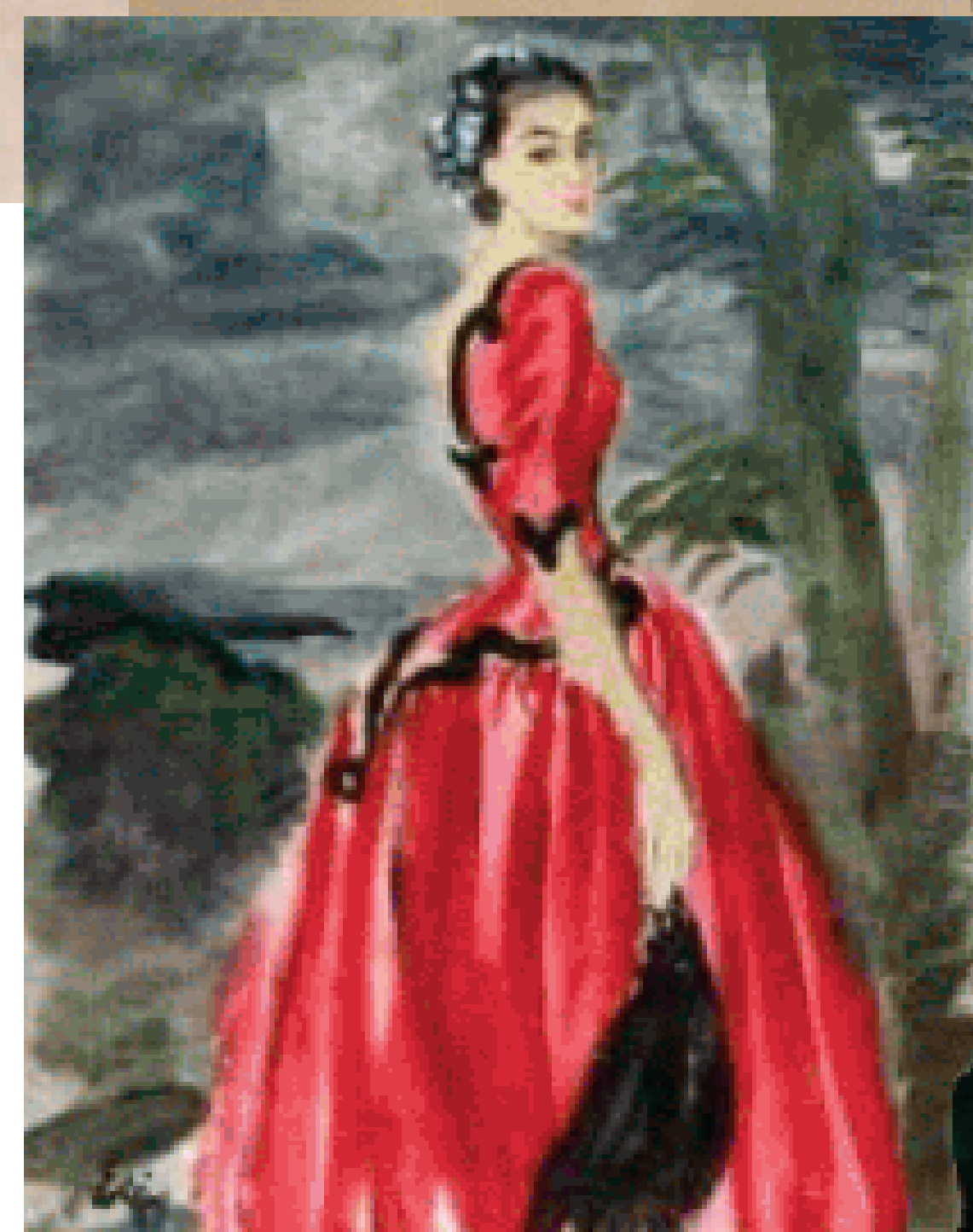
La silueta abullonada creada a través de las faldas globo que en 1953 introdujo Cristóbal Balenciaga -“un modisto debe ser arquitecto de la forma”, era su máxima-, marca el volumen de la temporada, favorecida, curiosamente, por el debut de Pierpaolo Piccioli como director creativo de Balenciaga esta primavera-verano 2026. En el salón parisino en el que desfilaron sus modelos quedaba claro el homenaje a los códigos e invenciones del maestro de Guetaria. Además de la falda, la colección bautizada como *The Heartbeat*, no olvidó el abrigo *cocoon* ni el “vestido tulipán”. Mientras que Piccioli favorece el vuelo con el contraste del *crop top*, en Prada la pomposidad se aminora con camisas de bolera para un resultado más minimalista.



GIAMBATTISTA VALLI



BALENCIAGA



ALAÏA

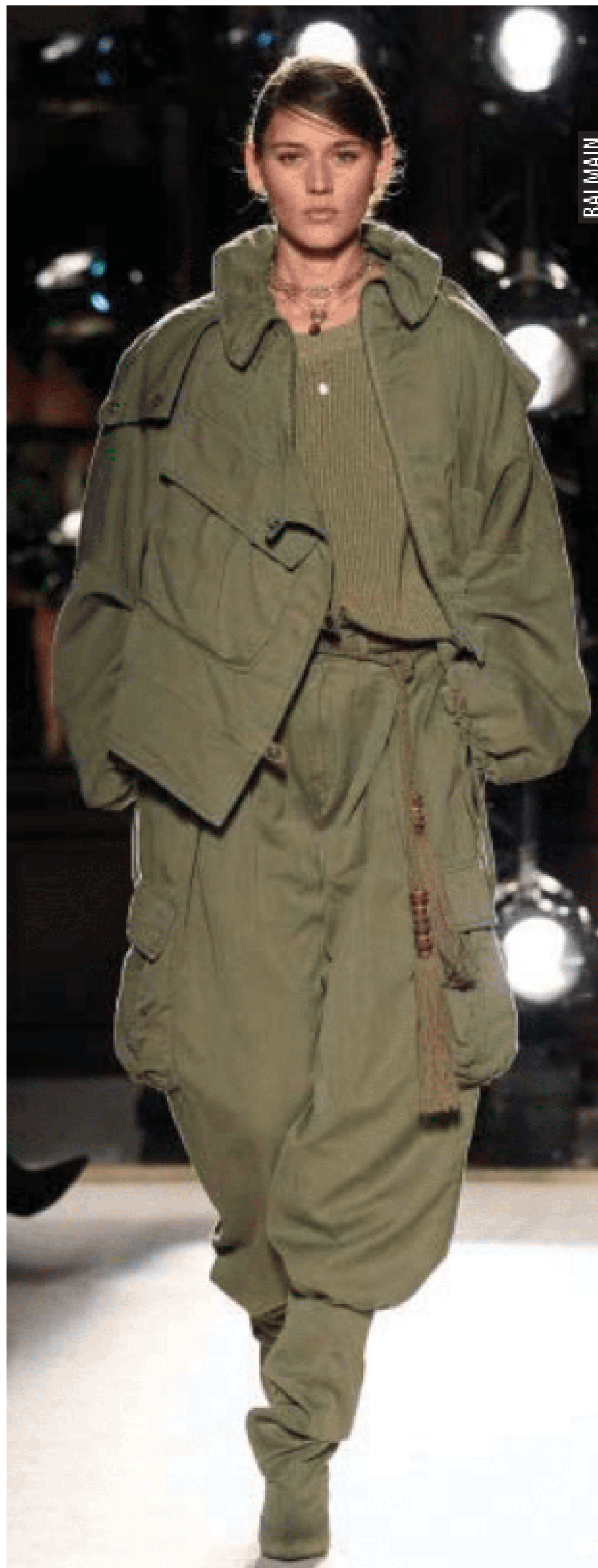


De izda. a dcha., modelo desfilando con falda *balloon* de Christian Lacroix en el desfile alta costura 1987. En 1946 una cliente de Cristóbal Balenciaga es fotografiada con su traje de noche. Ilustración de Carl Erickson sobre un modelo de Balenciaga de 1939.

DE CORTE CLÁSICO



En algodón floral (815 €) Erdem. Midi con detalles en tul (835 €) Simone Rocha. Con ribete de satén (1.250 €) JW Anderson. En popelín rosa pastel (795 €) Moschino.



TEJIDO: SARGA

Trench
corto estilo
capita,
Herno.



Camisa
origami,
Guess.

Cazadora
con
trabillas,
Blumarine.



Minifalda
con bolsillo,
Ami Paris.

PRADA



Los guantes de gala en colores *pop*, en piel y en satén, son el accesorio omnipresente en todos los looks de Prada. Otro juego magistral de contrastes: los guantes de ópera propios de vestidos de cóctel sin mangas de noche abandonan el terreno de Rita Hayworth por otro más urbano.



ROPAS DE TRABAJO

La durabilidad y resistencia de los tejidos propios de las prendas de trabajo (monos, chalecos reflectantes) sin ánimo de frivolidad ni necesario espíritu combativo son adoptadas por la moda, que se queda con lo mejor de los dos mundos: diseño y funcionalidad. No olvidemos que el pantalón cargo tiene su origen en la Gran Bretaña de los años 30, cuando formaba parte del uniforme de batalla militar del ejército británico. Los adopta la moda (Prada, Balmain, Isabel Marant) al igual que ha hecho con las cazadoras y monos de trabajo, jugando con el diseño de sus múltiples bolsillos en los que los trabajadores llevan sus herramientas. Entendida como una oda al trabajo de las mujeres, Miuccia Prada y Raf Simons capitanean un *workwear* digno de pasarela: el verde militar se combina con joyas, transparencias y *kitten heels*.



BALMAIN



BOTTEGA VENETA



BOTTEGA VENETA

PLUMAS A GO GO



Bolso limosnera, Ferragamo. Jersey en pico, Blumarine. Falda midi de punto (750 €) The Attico. Minifalda de satén (2.150 €) Miu Miu.

EFECTO CINETICO

Fue esta falda y fue esta modelo las que marcarán en la historia el comienzo de la nueva era de Chanel en manos del diseñador franco-belga de solo 41 años, Matthieu Blazy. El inicio se fija en la retina al final, en la última salida protagonizada por la modelo Awar Odhiang llevando una falda de plumas multicolor con la que Blazy confirmaba su talento como artesano, recordemos que anteriormente, al mando de Bottega Veneta, consiguió que la piel pareciera denim. Plumas, flecos y borlones encuentran en las faldas el perfecto soporte para jugar con el espectador y producir, no solo movimiento, sino ese efecto cinético que en arte conquistó Alexander Calder con sus móviles suspendidos.



ROJO FERRARI

El color de los automóviles de competición de Italia gana la temporada. Desde 1920, estos coches de las marcas Alfa Romeo, Maserati y, posteriormente, Ferrari, estaban pintados en color *Rosso Corsa*, también denominado “rojo de carrera” o “rojo Ferrari”. La anécdota: los coches franceses eran azul Francia, los alemanes blancos o plateados y los británicos *British racing green* (verde). La paradoja: el color oficial anunciado por Pantone para 2026 se llama *Cloud Dancer* (un blanco natural) y no tiene nada de explosivo, pero la moda a veces tiene sus propios planes. La calma que busca el Pantone Color Institute viene a romperla una industria que trabaja para que destaque. Fendi, Carolina Herrera o Ferragamo son la Fórmula 1, y ésta no va a conformarse con una mera incursión en Uniqlo para hacerse con unos calcetines rojos.

ACCESORIOS Y MÁS



Camisa abotonada, La Veste. Broche de flor, Chanel. Cazadora biker, Blauer. Bolso de mano, Marciano by Guess. Salones destalonados, Ferragamo.



Peter Collins al lado de un Ferrari en 1957 en el autódromo de Nürburgring.



LOEWE



PRADA



Mariano Moreno
en su atelier barcelonés.

A full-page photograph of a woman with dark skin and long braids, wearing a strapless blue dress with a bodice covered in crystals and a voluminous skirt made of many blue feathers. She is standing in a room with floor-to-ceiling bookshelves filled with books. A large, white, lantern-like light fixture hangs from the ceiling. She is looking over her shoulder towards the camera. The room has light-colored walls and a wooden floor.

La modelo con el modelo *Jasmine* de la nueva colección de Costura de Mariano Moreno, inspirada en las flores. Se trata de un cuerpo bordado a mano con cristales y strass, mini flecos de pedrería y corte evasé con plumas tintadas al tono y cosidas. Los pendientes de strass son de Areta Mata.

ESPÍRITU INCONFORMISTA

Se crió entre los mármoles de la empresa familiar y, cuando parecía que ese iba a ser su camino, **MARLANO MORENO** dio un giro de guión y se introdujo en el mundo del vestuario teatral de la mano de Christian Lacroix. “Necesito estar siempre creando, imaginando, inventando... va con mi carácter”, afirma.

—Vis Molina. Fotos: Toni Mateu.

“El encargo que me hizo Sara Rodés para crearle su vestido de novia en 2023 fue lo que impulsó mi carrera en solitario. Un diseño muy especial con un tejido en gazar de seda muy mate que creamos especialmente para ella”

El atelier de Mariano Moreno está en la calle Trafalgar de Barcelona, una de las zonas más *cool* de la Ciudad Condal, entre galerías de arte con puesta en escena neoyorquina, restaurantes flexiterianos y cafés y floristerías de aire afrancesado. Se trata de un piso de techos altísimos que encierra el particular universo creativo de este diseñador nacido en Murcia y educado entre Australia y Alemania. Estanterías retroiluminadas con libros y más libros forran las paredes, alternándose con tejidos exóticos enmarcados a modo de cuadros, maniqués con espectaculares vestidos, su amplia mesa de trabajo con libros de arte, pilas de revistas internacionales y muchos lápices y cuadernos de dibujo. Al fondo de la sala, en otra mesa, el diseñador y su equipo han dispuesto un espléndido desayuno para recibir al equipo de TELVA.

He leído que te atraía la arquitectura. ¿Cómo acabaste dedicándote a la moda?

Nací en Murcia, mi familia tiene empresas de extracción y transformación de mármoles y piedras naturales, además de tres canteras propias. Mis años de instituto los pasé en Australia, para aprender bien inglés. Y sí, la arquitectura me atraía mucho, pero finalmente decidí estudiar ingeniería industrial en Hannover (Alemania) porque pensé que la base técnica tan rigurosa que te da esa carrera me sería muy útil. Sin embargo, al acabar, me surgió la oportunidad de trabajar como diseñador de vestuario teatral. De ahí me fui a París, donde estuve unos años y colaboré con Christian Lacroix creando vestuario para la ópera.

Cuesta imaginarse a un ingeniero industrial metido en el mundo del diseño de vestuario...

La sensación de creatividad constante que exige el mundo de la moda me resultaba irresistible. Enseguida fui consciente de que me quería dedicar a la creación. Va con mi carácter, necesito estar siempre creando, imaginando, inventando... Y a la vez me es muy útil haber tenido una formación tan sólida de ingeniero.

Pero parece que Europa se te quedaba pequeña...

De París me marché a Hong Kong, donde estuve varios años supervisando todos los procesos de producción en los talleres textiles de Pronovias. En Asia aprendí la manera de trabajar tan exigente, impecable y rigurosa que tienen. Después trabajé para Rosa Clará, y en 2023 decidí que había llegado el momento de crear mi propia marca.

Y de todas esas estancias te convertido en todo un políglota

Mi lengua materna es el castellano, pero hablo inglés, francés y alemán muy bien. Y además me defiendo en holandés, noruego, sueco, danés, ruso, italiano, portugués, mandarín y cantonés.

¿Cuál fue el motivo exacto que te hizo emprender tu carrera en solitario?

El encargo que me hizo Sara Rodés (su abuelo, Leopoldo Rodés, era conocido como el Rockefeller catalán) para crearle su vestido de novia, en 2023. Fue un proceso de trabajo apasionante, que disfruté muchísimo. Le hice un vestido muy especial, con un tejido en gazar de seda muy mate que creamos especialmente para ella. Lo bordamos nosotros con motivos de helechos y flores silvestres, una joya. Me gusta muchísimo investigar tejidos, y ahí es donde se manifiesta mi formación de ingeniero. Creamos tejidos propios, con estampados y bordados realizados por nosotros en nuestros talleres.

Y ya vas por tu cuarta colección, que presentarás en enero en París. ¿En qué consiste?

Cada colección tiene tres líneas, Alta Costura, Novias y prêt-à-porter. Y cada una tiene un tema de inspiración diferente: la primera fue el mar, la segunda, el arte; la tercera, la arquitectura, y en esta cuarta la inspiración es la botánica. A finales de enero la presentamos en París en un lugar muy especial, el restaurante *Lapérouse* (51, Quai des Grands Augustins), un antiguo prostíbulo muy frecuentado por Charles Baudelaire, autor de *Les Fleurs du Mal*. No será un desfile al uso con pasarela, porque el restaurante se compone de pequeños comedores contiguos. Así es que las modelos irán transitando por ellos.

¿París es tu nuevo lugar en el mundo?

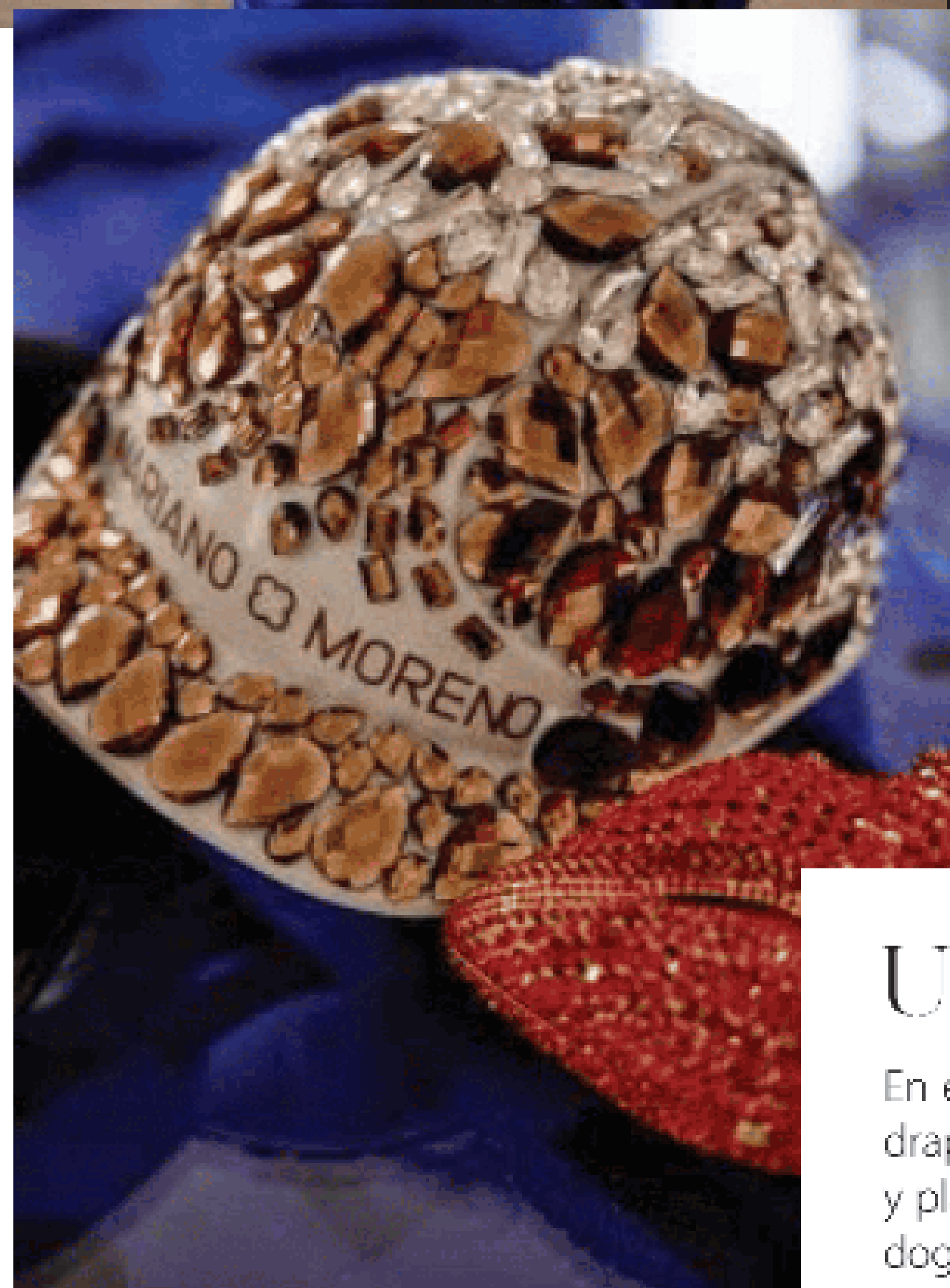
Adoro París, y a Lázaro, mi pareja, le ocurre lo mismo (se refiere al interiorista Lázaro Rosa-Violán), además él está realizando muchos proyectos allí. Desde el punto de vista de la moda, París es la ciudad más inspiradora. Estamos remodelando un magnífico piso muy cerca de la plaza de la Madeleine y vamos a pasar más tiempo allí, aunque viajando mucho porque yo tengo todo mi equipo y mis talleres textiles en Barcelona y allí se realizan todas mis creaciones.

¿Cómo es la cliente “ideal” de Mariano Moreno?

Es una mujer atrevida, que huye de modas y tendencias. Tiene muy claro lo que quiere y sabe transmitirlo. Su vida social es internacional y muy intensa, por lo que necesita creaciones singulares, exuberantes, fantasiosas, muy elaboradas y de una calidad extraordinaria. Y se identifica con el valor añadido de nuestra manera de trabajar. Nosotros tenemos una dimensión acotada y lo hacemos todo de una manera muy personal. Yo quiero conocer bien a cada cliente, dedico mucho tiempo a entender lo que busca y cuál es su estilo. Y todo lo que hacemos es en exclusiva para cada una de ellas.

¿Las novias son un punto y aparte en tu atelier, como la niña de tus ojos?...

Me gusta muchísimo hacer vestidos de novia, creamos una relación profunda con cada una porque es un momento muy importante de su vida y queremos trasladar esa emoción a su vestido. Muchas hasta se atreven con el color y todas valoran enormemente la exclusividad que les ofrecemos. **T**



UN ESTUDIO ECLÉCTICO

En el sentido de las agujas del reloj, la modelo con el vestido Aster, de la colección 2026, en azul Klein, drapeado y con mangas murciélago en punto de seda. Está adornado con un collar de 90 cm de ágatas y plata firmado por Areta Mata. El estudio con sofás en piel, diseño de Lázaro Rosa-Violán. Junto a ellos dos perros en porcelana comprados en un brocante del Sur de Francia. En el maniquí, vestido africano del siglo XX, comprado en un anticuario parisino. Tocado de la colección de Costura 2025 que simula un casco de obra y está decorado con más de 300 cuentas de pedrería. Mariano revisando bocetos junto a su equipo.

Diseñada en 1896 por Georges Vuitton (hijo del fundador de la marca), la LONA MONOGRAM, el escudo heráldico más famoso de la moda, celebra su 130 aniversario en mitad de un debate sobre cómo debería ser el *dress code* para viajar en avión. ¿Podrá el glamour de los años 50 con la cinturilla elástica?

—Marta de la Calzada.

EL MITO DEL VIAJE

Catherine Deneuve en 1973 con un bolso modelo Speedy de piel Monogram.





Gwyneth Paltrow en el aeropuerto de Los Ángeles en 1998. Dcha., así se anunciaban en la prensa en 1931 los baúles Monogram.

Velocidad de crucero

Nicolas Ghesquière eligió para presentar su colección crucero de mujer 2020 de Louis Vuitton el Centro de Vuelo TWA, ubicado en el Aeropuerto Internacional John F. Kennedy de Nueva York. El director creativo de la firma decía compartir "la misma visión de futuro que el arquitecto Eero Saarinen", quien diseñó la icónica Terminal inaugurada en 1962 y considerada monumento histórico. Seis años más tarde, para Louis Vuitton el desfile continúa en los aeropuertos.



Pierre Bergé en el aeropuerto de JFK en 1976.

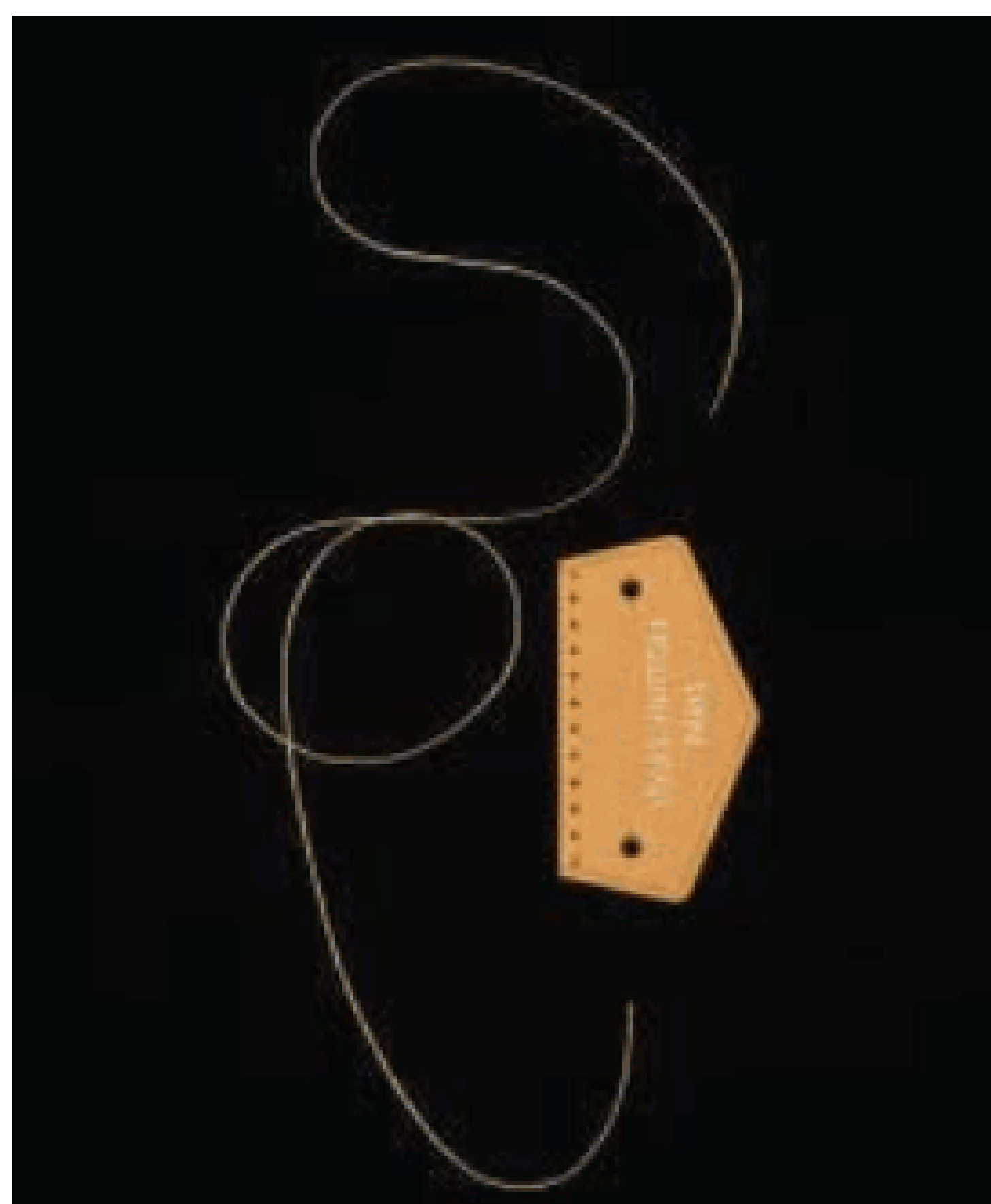


Lindsay Lohan en Londres en 2008 lleva maletas con motivo Monogram de Louis Vuitton.



Baúl en lona Monogram para guardar sombreros (1912).





Hay un *savoir faire* destinado a sortear con estilo el trajín de un aeropuerto. Lo patentó hace 130 años George Vuitton, hijo de Louis, fundador de la *maison* más vinculada a la historia del viaje. Cuando decidió que la artesanía no era nada sin identidad y diseñó él mismo un estampado con el que recono-

cer de lejos unas buenas maletas, -el juego tipográfico registrado en 1896 enlazaba dos iniciales, *L* y *V*, y alternaba flores y estrellas de cuatro puntas inspiradas en la ornamentación neogótica y la influencia del japonismo-, viajar estaba reservado solo para unos pocos privilegiados. Dinero, estatus social y mucha paciencia (no embarcaban en carabela, pero casi), eran claves para conocer mundo antes de la democratización del transporte. A pesar de las “inclemencias”, se vestía para la ocasión, confiaban en el proceso y, claro está, en la impermeabilidad de los baúles fabricados por Vuitton para viajes transoceánicos en el siglo XIX. ¿Cuándo viajar dejó de considerarse algo glamuroso para convertirse en un mero trámite latoso, agotador e incómodo en el que prima la funcionalidad por encima

de cualquier cosa, incluso del decoro? El Secretario de Transporte de los Estados Unidos, Sean Duffy, hacía un reciente llamamiento “a vestir con respeto” (*dress with respect*) dentro de una campaña, *The Golden Age of Travel*, cuyo título ya encapsula cierta nostalgia por los tacones, sombreros y hasta guantes de las mujeres desfilando la corta pasarela de la escalerilla del avión, -todas eran Elizabeth Taylor-, y los trajes y corbatas de los hombres mimetizados con Clark Gable. Se abre así la conversación -no es una norma sino una recomendación- sobre la vuelta a una etiqueta para enfrentar el viaje y no solo vestir el destino. Si los *microshorts*, las chancas o unos leggings resultan más cómodos que el impecable traje oscuro con el que Marlon Brando aterrizaba en el aeropuerto de Orly en 1959, el turbante de satén con el que Elizabeth Taylor cogía el avión hacia Los Ángeles en 1958 o el abrigo de tweed de doble botonadura y guantes blancos con los que embarcaba Ingrid Bergman, sería redundar en el eterno dilema de qué debe primar, si la funcionalidad o el estilo. Como señala la editora Lydia Spencer-Elliott en un

artículo de *The Independent*, “una vez que te has probado una cinturilla elástica, un pantalón de chándal o una silueta espaciosa, la vuelta atrás resulta difícil. Empiezas en casa, sigues en el supermercado y dejas de recordar cuándo fue la última vez que te abrochaste un botón”. Mientras se alzan voces para retomar en clave 2026 los modales de los 50 y 60s, algunos usuarios de TikTok se rebelan preguntando quién iría a una hamburguesería con corbata, pero otros muchos reactivan la cuenta de Instagram *@airport.looks* (24.000 seguidores) en la que se aplaude el *twin set* y el collar de perlas de Gwyneth Paltrow en 1998 para pisar la moqueta de una terminal de Los Ángeles. Curiosamente, casi todos los escogidos llevan equipaje de Louis Vuitton. La icónica lona *Monogram* se atisba con la misma rapidez con que un paparazzi reconoce a una *celebrity*. El año del aniversario del emblemático *print* de la casa de lujo francesa parece venir con un debate mucho más profundo: las nuevas reglas del viaje son, en realidad, las viejas reglas. La Generación Z, los grandes defensores de la comodidad, parece estar también *on board*: las maletas son, para los nativos digitales, un símbolo de estatus, pero no por precio o diseño sino por la libertad y flexibilidad laboral que persiguen. **T**

Emblema de familia

El estampado Monogram de Louis Vuitton celebra su 130º aniversario y para ello la firma presentará la nueva *Monogram Anniversary Collection*. Por un lado, incluye la colección *Monogram Origine*, con la que recupera el espíritu de 1896 en jacquard de lino y algodón, con tonos pastel sacados del archivo; con *VVN*, emula la piel natural que con el tiempo adquiere carácter, y con *Time Trunk*, un trampantojo imita texturas y herrajes históricos.

com

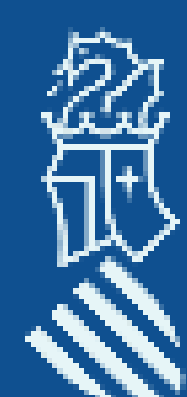


Mejoramos
Ayudamos
Convivimos
Transformamos
Invertimos
Trabajamos
Avanzamos

Unitat

Así hacemos las cosas. Juntos. Unidos. Remando
todos en una única dirección. Como sabemos.
Como un único pueblo. Como nos enseñaron
nuestros mayores.
Como debe ser. Com Unitat

gva.es



GENERALITAT
VALENCIANA

ACI.
ARA.

com
Unitat



Izda., bolso en satén (1938) con forma de jarrón de Elsa Schiaparelli. Abajo, vestido de organza bordado de 1950 firmado por Christian Dior.



Françoise Hardy con el vestido "Mondrian" de lana multicolor que se expone de Yves Saint Laurent, en 1966. Abajo, traje de noche de Alexander McQueen para Givenchy (1999).



Vestido de noche con capa (1945) de Gilbert Adrian y traje blanco "Airmail" (1999) de Hussein Chalayan.



Traje con los
característicos
pliegues *pleats*,
pleats de tejido
tecnológico
de Issey Miyake
(1982).

LA MODA ¿ES O PUEDE SER ARTE? ESA NO ES LA CUESTIÓN

El vestido Mondrian de YSL, el zapato *Picasso* de André Perugia y hasta 140 piezas más desde finales del siglo XVIII a la actualidad, nutren la EXPOSICIÓN *Art X Fashion* del Museo del FIT de Nueva York, con la intención, no ya de zanjar el eterno debate de si la moda es arte o no, sino “entender sus diferencias”, aclara su comisaria al otro lado del teléfono.

—Laura G. del Río.

Decía Arthur C. Danto, el filósofo que sacó el arte de su encasillamiento tradicional, que lo que convierte algo en arte no es su apariencia, sino el contexto en el que se plantea. Fue la tesis de su ensayo *The Artworld* (1964), cristalizada en las *Brillo Boxes* de Warhol. Indistinguibles de las cajas de detergente del supermercado, lo que las elevaba a pieza museística era el entorno. “Una atmósfera de teoría artística”, decía Danto. La misma que el desaparecido diseñador Virgil Abloh tergiversaba a favor de la moda cuando escribía “SCULPTURE” –comillas incluidas– en un bolso o convertía una correa industrial en cinturón, a lo Duchamp. Abloh entendió como pocos que una prenda no necesitaba transformarse formalmente para adquirir un nuevo significado: bastaba con desplazarla de lugar, rodearla de discurso, obligar a mirarla de otra manera. Reprogramar su lectura. Como con el arte conceptual, el gesto era menos importante que la pregunta que dejaba en el aire.

Durante siglos, y aún hoy, lo que ha separado el arte de la moda es que el primero habita los museos y la segunda camina por la calle. Tan vieja es la división como los ejemplos que se empeñan en desdibujarla: desde los vestidos surrealistas de Schiaparelli hasta los bolsos de Louis Vuitton por Koons con la Mona Lisa se viene planteando la idea de si una prenda puede ser arte o si su destino está confinado a lo utilitario, lo efímero, lo comercial. Estos días, basta entrar en un museo –cada vez más cómodos exponiendo vestidos, bolsos y zapatos a la altura moral de un cuadro o una estatua– para ver que la pregunta sigue candente. Cabría esperar que la exposición que alberga el Museo del FIT de Nueva York del 18 de febrero al 19 de abril, *Art X Fashion*, quisiera ocuparse del dilema. Y sin embargo propone otro enfoque. “No creo que la moda tenga que ser arte para ser valiosa”, dice al otro lado del teléfono la doctora Elizabeth Way, su comisaria. “La cuestión no es forzar una validación, sino entender cómo moda y arte han sido siempre expresiones visuales paralelas, en conversación constante”.

Esa idea —la de una relación horizontal, incluso equitativa, sin jerarquías— es el hilo conductor de una muestra ambiciosa que

reúne más de 140 piezas de finales del siglo XVIII a la actualidad. El vestido *Mondrian* de Saint Laurent, los diseños acrílicos de Iris Van Herpen, una camiseta de Wales Bonner por Kerry James Marshall, un vestido de Eric Gaskins que evoca las pinceladas de Franz Kline en un trampantojo de cuentas bordadas, el zapato *Picasso* de André Perugia. Piezas cuya intención no es zanjar el debate, sino abrirlo a nuevos matices.

“La moda y el arte no son lo mismo”, insiste Way. “Tienen sistemas distintos, lenguajes distintos, redes distintas. Pero en ciertos casos la moda puede ser vista como arte. Por la calidad del trabajo, por su expresión visual, y por la forma en la que comunica ciertos mensajes de la misma forma que el arte lo hace”, puntúa. Que hoy ‘los trapos’ ocupen las salas de los grandes museos es definitorio. Ya en 1946 el Louvre acogía *Le Costume*, una de las primeras exposiciones que trataban el vestido como objeto cultural. Tres años más tarde, el Victoria & Albert de Londres abría *Costume in History*, consolidando la moda como archivo cultural. Pero la primera piedra angular la puso el Metropolitan de Nueva York en 1937 con la creación del Museum of Costume Art –el antecedente del Costume Institute–. En 1948, con el empuje de la incombustible Eleanor Lambert, nacería la gala que cada 1 de mayo acapara los focos, alfombra roja mediante. Las exposiciones que abría ahondaban en la idea de la moda como objeto cultural: *The World of Balenciaga*, *Romantic and Glamorous Hollywood Design*. Con ella, la moda entraba definitivamente en el templo del arte, no como invitada, sino como protagonista.

Desde entonces, el diálogo no ha hecho más que intensificarse. Pero tratar la propia cuestión de la porosidad entre moda y arte pone los puntos sobre las íes. Y no es solo la muestra del FIT. El Costume Institute del MET ya ha anunciado su próxima exposición, una exploración “del papel central del cuerpo vestido en la vasta colección del museo”, explicaba Andrew Bolton, comisario jefe de la institución.

Con los vínculos entre moda y arte en el candelero, se confirma que la pregunta —¿es, o puede, la moda ser arte?— no solo no se agota, sino que se reformula con los tiempos. “Ha habido resistencia por parte de ciertos sectores culturales que consideran que la moda no tiene cabida en los museos. Y esa cuestión vuelve una y otra vez”, reconoce Way. “Al final, la moda es ropa, y la ropa puede ser algo muy mundano”.



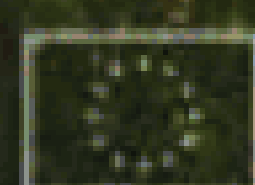
Elizabeth Way, comisaria de la exposición *Art X Fashion*.

“La colaboración de Vivienne Tam con Zhang Hongtu demuestra que la moda también amplifica discursos políticos y culturales; y el peso simbólico de movimientos como el New Look de Dior o el punk han pasado a formar parte de nuestra cultura visual, y eso ya las eleva al estatus de arte” (Elizabeth Way)



EXTREMADURA
extraordinaria

**UNA TIERRA
DONDE SOÑAR
CON LOS OJOS
ABIERTOS**



Cofinanciado por
la Unión Europea



GOBIERNO DE
EXTREMADURA



Fondos Europeos

JUNTA DE EXTREMADURA

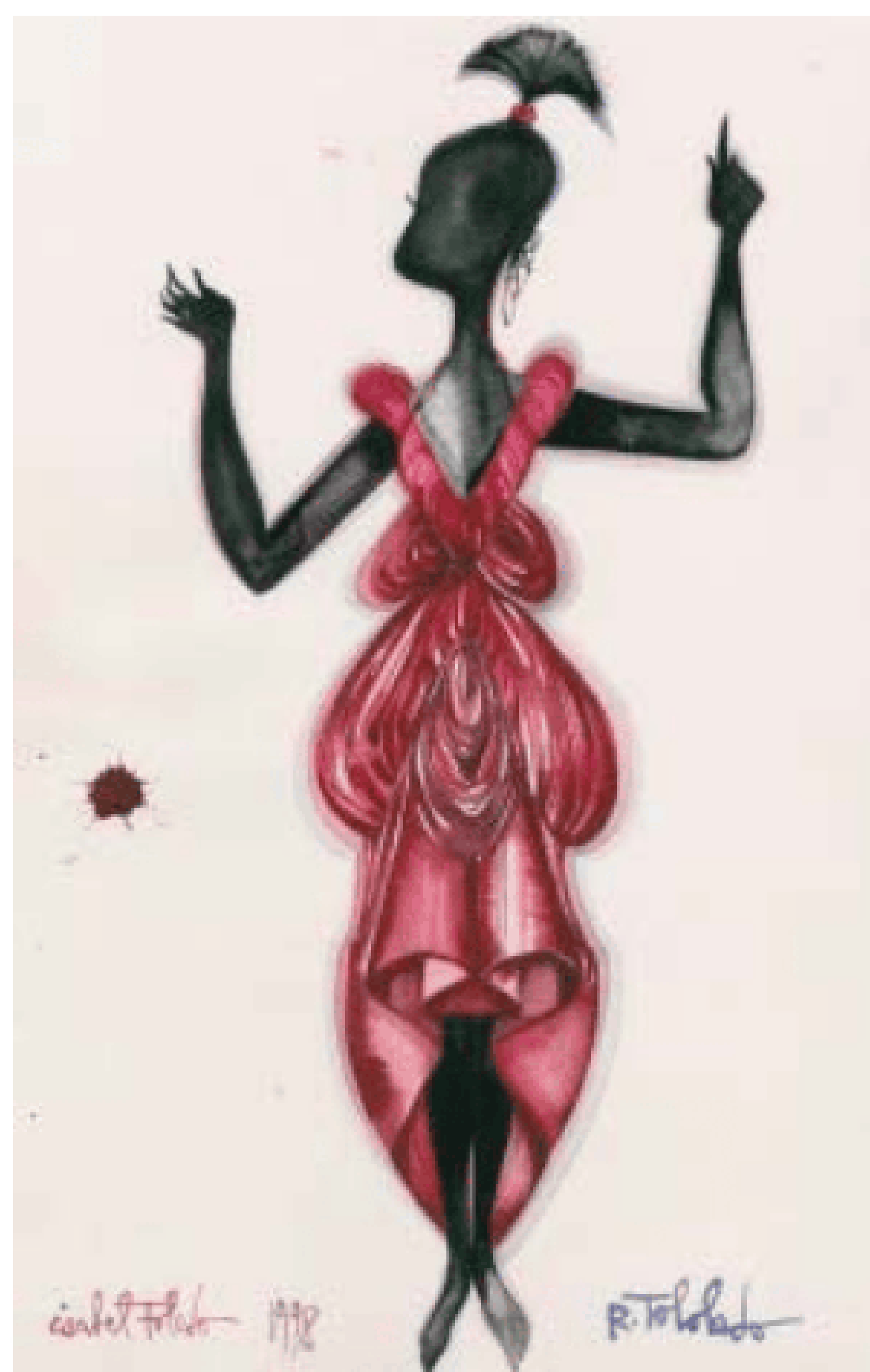
El eje –de la cuestión en general y de la exposición en particular– es cuestionar la necesidad de responder a la eterna pregunta. La moda, por derecho propio, ha sido una forma de pensar el cuerpo, la identidad, el poder y el deseo. “El objetivo no es convencer a nadie de que sea arte o no, sino aprender a apreciarla en sus propios términos”, dice la comisaria. El germen de la mentalidad separatista viene de lejos. “Arrastramos ideas que se establecieron durante el Renacimiento: que el arte es espiritual, que el arte no es comercial. Esa reticencia a aceptar lo cotidiano como arte explica muchas paradojas. “La gente puede considerar arte el graffiti, pero no la moda. Es curioso”. La paradoja puede extrapolarse a la artesanía. “En el contexto euroamericano, la utilidad suele ser el criterio para separar la artesanía –que tiene una función, del arte, que no la tiene”, dice Way. Pero aquí también las líneas se han venido difuminando: prácticas hoy plenamente integradas en el canon artístico fueron marginadas durante décadas. Como las colechas de Gcc’s Bend, hechas durante generaciones por mujeres afro-americanas. “No fue hasta los 2000 cuando el mundo del arte las descubrió. Pero con la moda el reto es más complejo. El mundo del arte ha sido reactivo a abrazarla porque no es algo menor que esté incorporando a su terreno. Es todo otro mundo, muy robusto, que no se deja contener fácilmente”. Lo que se cuestiona no es si la moda es arte, sino la necesidad de validarla como tal. Y la respuesta no es ambigua. “La moda tiene sus propias redes, sus propios sistemas, académicos, profesionales, y también quien la aprecia por sus componentes visuales, por su artesanía, por su capacidad comunicativa, por la forma en que expresa la identidad”, recalca Way. “En la moda hay tanta profundidad y alma como en el arte contemporáneo”. El fin no sería el de categorizar sino arrojar luz al valor de la moda por sí misma. “Me gustaría que esta exposición ayudara a valorar la moda y su contribución a las bellas artes, y a entenderlas como expresiones visuales paralelas que dialogan entre sí, no como disciplinas ordenadas en una jerarquía. La idea es pensar en ambas como un ecosistema en igualdad y apreciar todas las maneras en que artistas y diseñadores

se han influido mutuamente”. Para ello, *Art X Fashion* se apoya en el marco teórico de Christopher Richards, que propone tres criterios para pensar cuándo una pieza de moda puede considerarse arte: innovación formal, excelencia artesanal e impacto cultural. Way traduce esa teoría en objetos concretos. Diseños de Issey Miyake que cuestionan qué puede ser una prenda. La colaboración

de Vivienne Tam con Zhang Hongtu, que demuestra que la moda también amplifica discursos políticos y culturales. La maestría técnica de Charles Frederick Worth, Paul Poiret o Elsa Schiaparelli. Y el peso simbólico de movimientos como el *New Look* de Dior o el punk. “Son propuestas que no solo tuvieron impacto en su momento. Han pasado a formar parte de nuestra cultura visual. Y eso ya las eleva al estatus de arte”.

Durante décadas, la industria de la moda ha hecho de mecenas, apoyando y financiando el trabajo de los artistas. Pero también les ha servido como medio. La influencia no es unidireccional. Convertida en obra –al caso, Koons o Murakami transformando en lienzo los bolsos de Louis Vuitton– o como extensión de su universo: desde los bohemios del siglo XIX hasta los *flâneurs* parisinos, vestir ha sido una declaración estética. “Una forma de comunicar creatividad”, puntualiza Way. No se trata solo de inspiración, sino de interdependencia. El futuro de la relación entre moda y arte no pasaría por categorizar funciones y delimitar espacios, sino

por una convivencia cada vez más consciente y compleja entre ambos mundos. Para Way, esa evolución es inevitable. “La moda es una fuerza enorme en nuestra cultura. De cómo entendemos el cuerpo, el poder, el dinero, el trabajo y también el impacto que generamos en el mundo”, enumera. En ese sentido, resulta lógico que el arte vuelva una y otra vez la mirada hacia ella. Quizá por eso la pregunta que atraviesa la muestra –si la moda es o no arte– acaba revelándose como una excusa. Una puerta de entrada. Lo verdaderamente interesante no es decidir si un vestido merece colgarse de una pared, sino reconocer que la moda es por sí misma una fuerza cultural. Tal vez la pregunta –¿es la moda arte?– no necesite una respuesta definitiva.



Acuarela realizada por Rubén Toledo tomando como referencia un modelo de 1998 de su mujer, la diseñadora Isabel Toledo.

PHB

TIME TO CARE

Cuidarte
empieza
por *tu boca*



Efecto
blanqueador



Sabor
relajante



Equilibra
la microbiota



Actúa contra
el envejecimiento

NUEVA GAMA ANTICARIES

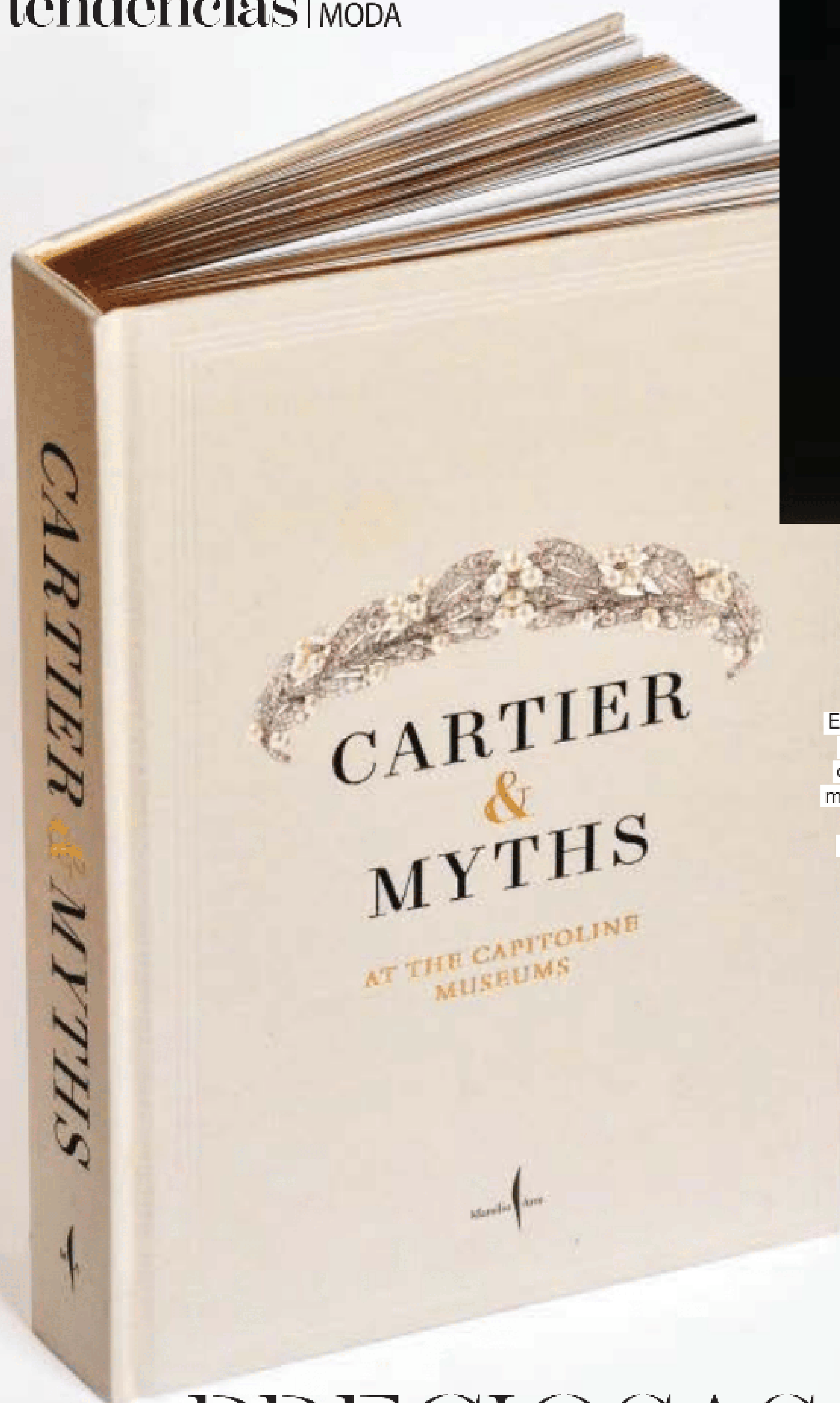
+90% ingredientes NATURALES

¡PRUÉBALAS!
2ª unidad GRATIS



Escanea el
QR o entra en
phb.es y sube
tu ticket para
conseguir el
reembolso.

(*) Consulte las bases y condiciones legales en www.phb.es o escanee el QR para obtener toda la información.
Es necesario presentar el ticket de compra. Oferta válida para las pastas 75ml y colutorios de la gama PHB TIME TO CARE.
Promoción válida del 1 de febrero hasta 30 de abril. El reembolso se otorgará a los primeros 1.000 clientes, según orden de registro del ticket.



En esta expo, las joyas de Cartier dialogan con las esculturas de mármol de la colección del Cardenal Alessandro Albani y con obras de la Superintendencia Capitolina.

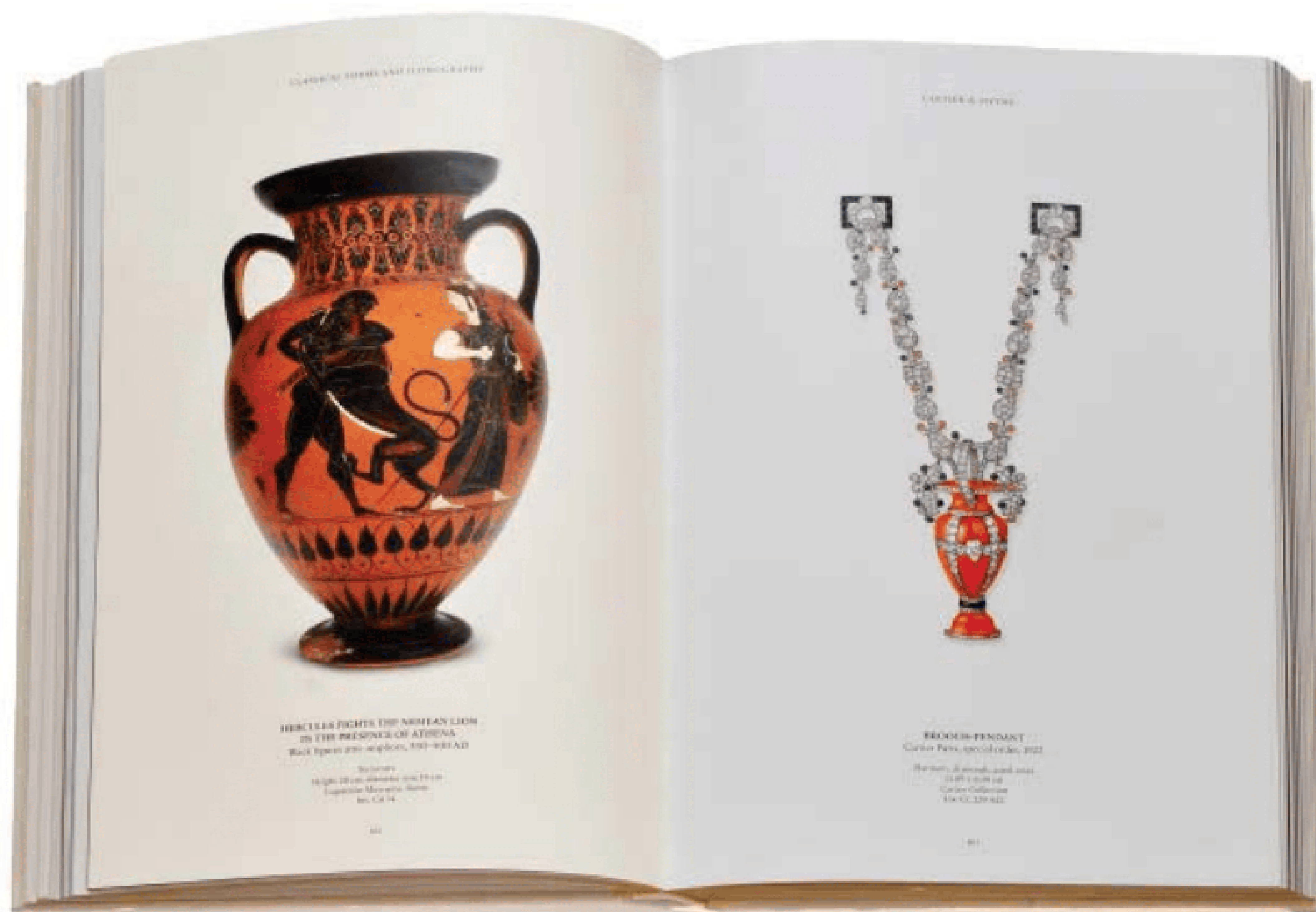


MUSEOS CAPITOLINOS FOTO: ZENO COLANTONI

PRECIOSAS LEYENDAS

Bienvenidos a un fascinante viaje para descubrir el universo estético de la Maison Cartier en diálogo con la excepcional colección de esculturas antiguas de los Museos Capitolinos, una muestra única con algunas de las joyas más fabulosas de la historia.

—Elena López Ávila.



La retrospectiva explora cómo la antigüedad clásica inspiró algunas de las creaciones más emblemáticas de la maison Cartier.

El Palacio Nuevo de los Museos Capitolinos ha abierto por primera vez sus salas a una exposición temporal que se podrá visitar hasta marzo. *Cartier y el Mito Clásico* se convierte en una ocasión única para poder disfrutar de algunas de las creaciones más importantes de la *maison* (más de 3.500 piezas en total) creando una conversación única con esculturas clásicas que provienen de la colección del cardenal Alessandro Albani, de instituciones italianas e internacionales y de colecciones privadas.

A partir de mediados del siglo XIX, Cartier se inspiró en los repertorios decorativos de la Antigüedad, reinterpretándolos en clave moderna. Esta exposición reconstruye, de manera magistral, esa relación de la maison de Joyería con el mundo clásico en forma de diálogo, tanto en formas como en materiales y lenguajes. Los visitantes son recibidos por un decorado diseñado por Dante Ferretti, ganador de un Oscar por sus escenografías: se trata de una escalera con un gran impacto visual y cinematográfico. Pero la muestra también se ha pensado con un enfoque multisensorial, ya que incluye varias salas con elementos olfativos creados por la perfumista de la Maison, Mathilde Laurent. Cartier ha querido mostrar también piezas únicas como la tiara de diamantes realizada originalmente para la boda de María Bonaparte y el príncipe Jorge de Grecia y Dinamarca o el brazalete *Panthère* que perteneció a Nina Dyer, la modelo que se casó con el príncipe Sadruddin Aga Khan.

Los visitantes son recibidos por un decorado diseñado por Dante Ferretti, ganador de un Oscar por sus escenografías: se trata de una escalera con un gran impacto visual y cinematográfico. Pero la muestra también se ha pensado con un enfoque multisensorial, ya que incluye varias salas con elementos olfativos creados por la perfumista de la Maison, Mathilde Laurent. Cartier ha querido mostrar también piezas únicas como la tiara de diamantes realizada originalmente para la boda de María Bonaparte y el príncipe Jorge de Grecia y Dinamarca o el brazalete *Panthère* que perteneció a Nina Dyer, la modelo que se casó con el príncipe Sadruddin Aga Khan.

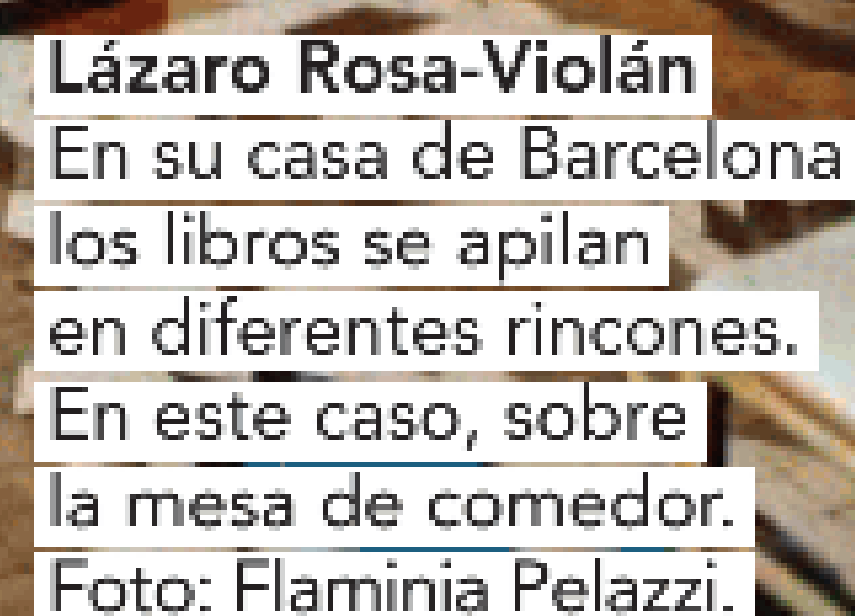
Los visitantes son recibidos por un decorado diseñado por Dante Ferretti, ganador de un Oscar por sus escenografías: se trata de una escalera con un gran impacto visual y cinematográfico. Pero la muestra también se ha pensado con un enfoque multisensorial, ya que incluye varias salas con elementos olfativos creados por la perfumista de la Maison, Mathilde Laurent. Cartier ha querido mostrar también piezas únicas como la tiara de diamantes realizada originalmente para la boda de María Bonaparte y el príncipe Jorge de Grecia y Dinamarca o el brazalete *Panthère* que perteneció a Nina Dyer, la modelo que se casó con el príncipe Sadruddin Aga Khan.

—**Cartier & Myths. Museos Capitolinos de Roma. Palacio Nuevo.**
(Hasta el 15 de marzo de 2026).



El Palacio Nuevo de los Museos Capitolinos acoge la exposición.

Urmán Hartzia (hijo) no hacía mucho el floss de
un método nuevo para la cura de los pies deformes.
y siendo, como era, partidario del progreso, utilizó
Gustave Flaubert



EL DOTE BAILENETO YAGUEIRA "LA ENBARCADERA"
UNA PERFECTA QUE JAMAS SE HA OLVIDADO. UNA
BARCA ELEGANTE Y ATILADA DE NUEVE METROS PERO TAM
Philip Hoare ...

Tsundoku:

Dícese del hábito de comprar más libros de los que puedes leer, con la (improbable) esperanza de hacerlo en el futuro.

—Isabela Muñoz Ozores.



Jean-Charles
de Castelbajac
La librería diseñada
por el arquitecto
Ettore Sottsass
cobija de una manera
original los libros
de Castelbajac.
Foto: Chantelle Dossier.



Patrizia Sandretto
En la biblioteca de esta coleccionista de arte y mecenas despunta la escultura *Thank you for your years of services*, de Josh Kline.
Foto: Toni Mateu.



Osanna Visconti
Detalle de la biblioteca de la diseñadora de joyas italiana, donde conviven todo tipo de obras impresas.
Foto: Tomás de la Fuente.



Carolina Irving y Miguel Flores-Vianna
En su libro *Haut Bohemians*, Miguel Flores-Vianna fotografió la biblioteca de la diseñadora textil siguiendo su mantra: "Instálala donde quieras", ella la puso en su comedor.
Foto: Miguel Flores-Vianna.



Ida Corti
Para alojar la vasta colección de libros de su marido, la directora artística de la firma Lisa Corti, construyó varias bibliotecas en su casa del barrio milanés de Brera.
Foto: Stefan Giffthaler.

LA BIBLIOTECA: no hay leyes que valgan y los expertos lo avalan. Puedes instalarla donde te venga bien: comedor, hall... hasta en el cuarto de baño

El antídoto no existe porque son muy pocos los que padecen FIJACIÓN POR COMPRAR LIBROS que deseen curarse. De vez en cuando hacen una pequeña *limpia* y vuelven a las andadas: entran en la librería en busca de un título y salen con tres o cuatro imprevistos. Una pasión bastante más común de lo que parece y ¡buenas noticias! no se considera un trastorno psicológico.

El sensor activa la puerta. Bumb, bumb, bumb. El corazón se acelera. Bumb, bumb, bumb. Te cuesta respirar. Ante tus ojos se despliega una multitud de libros sinónimo de conocimiento, historias, aventuras, inspiración. Promesas de papel para recorrer territorios inéditos. La adrenalina se dispara. Te auto-engañas: sólo saldrás con una nueva adquisición. Mentira. Otra vez compras más ejemplares de la cuenta. El diagnóstico es claro: es posible que padezcas lo que algunos expertos llaman Síndrome de Stendhal literario, equivalente a la taquicardia, mareo o euforia que algunos sienten ante dosis ingentes de arte y belleza, pero que en tu caso, se multiplica porque implica una devoción por los libros que los japoneses llaman *tsundoku*. Lo etiquetaron a finales del siglo XIX y se traduce en la costumbre de acumular bastantes más libros de los que se pueden leer, y aparcarlos a la espera de que les llegue su turno de lectura. Algo improbable.

Aldo García Arias, gerente de las librerías Antonio Machado en Madrid, es experto en este asunto por motivos laborales y por experiencia propia: “Conozco muchos casos de *tsundoku*. Uno de nuestros clientes, antiguo director de Fundación Telefónica, adquiere todos los libros que se publican, los conoce antes que nosotros a través de la prensa y ¡es imposible que los lea todos! Esta costumbre es bastante habitual entre los aficionados a la poesía y los cómics, a estos últimos dedicamos el piso inferior. La persona que lo lleva es muy importante en la librería”. Aldo reconoce que el *tsundoku* le afecta en carne propia:

“Creo que nos ocurre a todos los editores y más como es mi caso, que crecí rodeado de libros (su padre era editor, fundó con su hermano la librería Visor y, más tarde la A. Machado). En casa tengo más de 15.000 ejemplares, y eso que soy muy selectivo a la hora de comprar. Eso sí, puedo emplear varias horas para elegir el que voy a leer”.

¿Casos famosos de *tsundokuistas*? El escritor Umberto Eco atesoraba más de 30.000 libros contemporáneos y alrededor de 1.500 volúmenes raros y antiguos. No se sentía culpable, sino que los no leídos los consideraba potencial de conocimiento. Fernando Pessoa tenía cientos de volúmenes, muchos sin estrenar. Le gustaba esa sensación de vivir rodeado de la posibilidad de lectura. El diseñador Karl Lagerfeld contaba con más de 300.000 obras que, aseguraba, le inspiraban por el hecho de estar cerca y, en el caso de los no leídos, se convertían en una puerta a nuevas ideas.

Un problema que plantea el *tsundoku* es cómo almacenar esa cantidad ingente de volúmenes. La interiorista Luisa Olazábal, compradora compulsiva de libros, asegura que “Dan vida a cualquier espacio. Puedes disponerlos en torres, encima de las mesas... se acumulan porque realmente los quieres consultar, son inspiradores. Cuando voy a una exposición soy incapaz de salir sin el catálogo”. A la hora de organizar una librería asegura: “En ocasiones elijo obras con buenas encuadernaciones para ponerlas con la portada de frente, no me gusta mezclarlos con objetos”. Luisa es partidaria de “desubicar” las bibliotecas: “Instalarlas en un hall, en el comedor, hasta en el cuarto de baño”. ¿Para ordenar?: “Lo hago por temas, tamaño de las obras o colores de la encuadernación”.

¿Esta afición supone un trastorno psicológico? Hablamos con Pilar Conde, psicóloga sanitaria y directora técnica de Clínicas Origen, para que nos tranquilice: “No raya en lo problemático. El libro tiene una connotación de alimentar el intelecto y en este acto proyectamos el deseo de crecimiento cultural, la ilusión de adquirir conocimientos y muchas veces se produce con esta expectativa, aunque no llegue a ejecutarse. También influye el amor por el libro: el olor, la textura... y el hecho de que va a esbozar una imagen sobre su dueño, según la temática que elija: amor, intriga...”. La impulsividad sí puede generar cierto cargo de conciencia “como cualquier otra compra irreflexiva, alivia inicialmente pero genera culpa por el dinero gastado y retroalimenta la dinámica ansiedad-compra”. Pero, ¿y el placer de hojearlos, esa perspectiva de leerlos, esa indiferencia ante los que te acusan de padecer bibliomanía, ese subidón al entrar en una librería, en una feria del libro...? Hay que sentirlo para saber lo que es bueno. **T**

Invitado especial: el ilustrador **Jacobo Pérez-Enciso** realiza la grafía de la primera página de este reportaje. Amante de los libros y de la escritura automática, en esta ocasión hace un homenaje a tres de sus autores favoritos, Gustave Flaubert, Philip Hoare y Milán Kundera. Puedes conocer su trabajo en su cuenta de Instagram @jacobopenciso



Benedetta Tagliabue
En la casa de Barcelona de esta arquitecta de origen italiano, los libros se reparten por distintos espacios. En este cuarto se disponen alrededor de una mesa central, realizada con troncos, y reposan en estanterías diseñadas por EMBT, el estudio de Benedetta. Foto: Flaminia Pelazzi.



Frank de Biasi y Gene Meyer. El verde caribeño es el color que domina en el comedor de la casa neoyorquina del dúo formado por el interiorista y el diseñador de telas, respectivamente, uno de los espacios elegidos por el esteta Carlos Mota para su libro *Beige is not the colour*. Foto: Stephen Kent Johnson /OTTO.



Lisa Jackson, vicepresidenta de Apple, en la planta Castaño Solar de la provincia de Segovia.

“EL PODER IMPORTA SI PUEDES CAMBIAR LAS COSAS”

Los padres de LISA JACKSON, todopoderosa vicepresidenta de Apple y responsable de las políticas sociales y de medio ambiente de la compañía, crecieron en tiempos de segregación racial en EE.UU. “Pero me enseñaron a no pensarlo y aspirar a ser la mejor”, asegura.

—Cristina Larraondo. Foto: Apple.

Cuando Tim Cook, CEO de Apple, nombró a Lisa Jackson vicepresidenta de Iniciativas Medioambientales, Sociales y Política Interna, aseguró que asumía uno de los retos más ambiciosos de la compañía: el proyecto Apple 2030, un plan para alcanzar la neutralidad de su huella de carbono. Desde entonces, esta ingeniera química de 63 años, nacida en Nueva Orleans, dirige la *batalla* de Apple por el cambio climático. “Es un proyecto enorme. Me gusta porque implica mirar más allá de nuestra propia empresa”, asegura Jackson mientras charlamos en la suite de un hotel boutique en el corazón de Segovia. Hoy, la vicepresidenta de Apple ha reunido a la prensa internacional para enseñarle la planta Castaño Solar, un parque solar próximo a Segovia que forma parte de una red de proyectos de energía limpia que Apple está desarrollando en Europa. Esta planta segoviana contribuirá a lograr los 650 MW de capacidad de energías renovables que compensen la electricidad que los usuarios europeos de sus dispositivos utilizan para cargarlos. “Ese consumo que realizan nuestros clientes”, explica Jackson, “es parte de nuestra responsabilidad. Pero tenemos más proyectos porque, incluso si todos cambiamos a energías limpias, debemos considerar los materiales que componen nuestros dispositivos y aumentar el material reciclado que ahora supone un 24% del total”.

Antes de recalcar en Apple, Jackson sirvió durante cinco años en la Administración Obama como directora de la EPA (Agencia de Protección del Medio Ambiente), la primera mujer afroamericana en el puesto, donde puso en marcha iniciativas como autorizar el reconocimiento del dióxido de car-

bono como una amenaza para la salud pública o modificar las Normas Nacionales de Calidad del Aire Ambiental para establecer límites de contaminación más estrictos.

¿Recuerda el momento en el que tomó conciencia de la importancia del cuidado del planeta?

Siempre me interesó el medio ambiente por la salud, porque no se puede tener una población sana con una mala calidad del aire. Mi hermano tenía un asma muy grave y había días en los que no podía respirar. Crecí en Nueva Orleans, un lugar que amo, pero al que el río Misisipi llegaba ya muy contaminado. Quería hacer algo y con ocho años escribí una carta al presidente de los Estados Unidos, que en ese momento era Nixon, y le dije: *tiene que hacer algo por el medio ambiente*. Con el tiempo creó la Agencia de Protección del Medio Ambiente.

Una poderosa Agencia que usted dirigió años después.

Sí, trabajé para el presidente Obama y el impacto de dirigirla era enorme porque tomaba decisiones que afectaban a mi país y que también trascendían nuestras fronteras. Para mí el poder en sí mismo no es nada, importa la capacidad que te da para tener un impacto positivo con el que cambiar aquello en lo que crees.

¿Cómo ha sido su camino hasta alcanzar puestos de tan alto poder?

Creí en el sur de los Estados Unidos. Mi padre era cartero y mi madre trabajaba como secretaria. Durante su infancia y juventud todavía existía la segregación en el país, los negros y los blancos no

iban a las mismas escuelas. Mis padres me enseñaron a no pensar en eso, simplemente me educaron para aspirar a ser la mejor. Tenían sobre mí unas expectativas muy altas. Además, mi padre me inculcó con su ejemplo la importancia del servicio: llevaba personalmente las cartas a las casas y conocía el nombre de todos los vecinos.

Parte de su trabajo consiste también en liderar la Iniciativa de Equidad y Justicia Racial de Apple. ¿Qué proyectos está promoviendo?

Creemos que la educación es una herramienta poderosa para impulsar a las comunidades y brindar nuevos caminos para la innovación y el desarrollo económico. Por ejemplo, desde la apertura de la *Naples Developer Academy* en 2016, casi 2.000 estudiantes han pasado por el programa, que proporciona herramientas y capacitación para encontrar y crear empleos en la próspera economía de aplicaciones iOS, que da empleo a más de 1,7 millones de personas en Europa. **T**

El ambicioso proyecto Apple 2030

50.000 millones de litros de agua dulce ahorrados mediante el programa Clean Water para proveedores de Apple en 2024.

3,6 millones de toneladas menos enviadas a vertederos por sus proveedores gracias al programa de cero residuos de Apple en 2024.

21,8 millones de toneladas de emisiones de CO₂e (dióxido de carbono equivalente) evitadas en 2024 con el programa Clean Energy para proveedores.

El 24% de los materiales de sus productos se obtuvo de fuentes recicladas o renovables en 2024.

NOS VEMOS EN EL CENTENARI

Parar el tiempo es posible en el corazón de Valencia, si visitas Soul 1027, el espacio gastro & living que alberga el recién inaugurado Gran Hotel CENTENARI, con un elegante aire años 20 que no deja indiferente.

—Loreto Ruiz-Ocaña.

EL PLACE TO BE DE VALENCIA

En Valencia pasan muchas cosas interesantes y la mayoría ocurren cerca del Gran Hotel Centenari, en plena Plaza del Ayuntamiento (donde cada año se celebra la mascletá). En sí mismo el hotel se ha convertido en un lugar de disfrute, y uno de sus grandes protagonistas es Soul of 1927, el espacio gastronómico *all day dining* abierto a toda la ciudad, sean huéspedes o no. Es el *place to be* perfecto para desayunar sin prisa, disfrutar de una comida mediterránea, tomar un cóctel al atardecer o disfrutar de una cena elegante con los acordes de piano de fondo. **T**

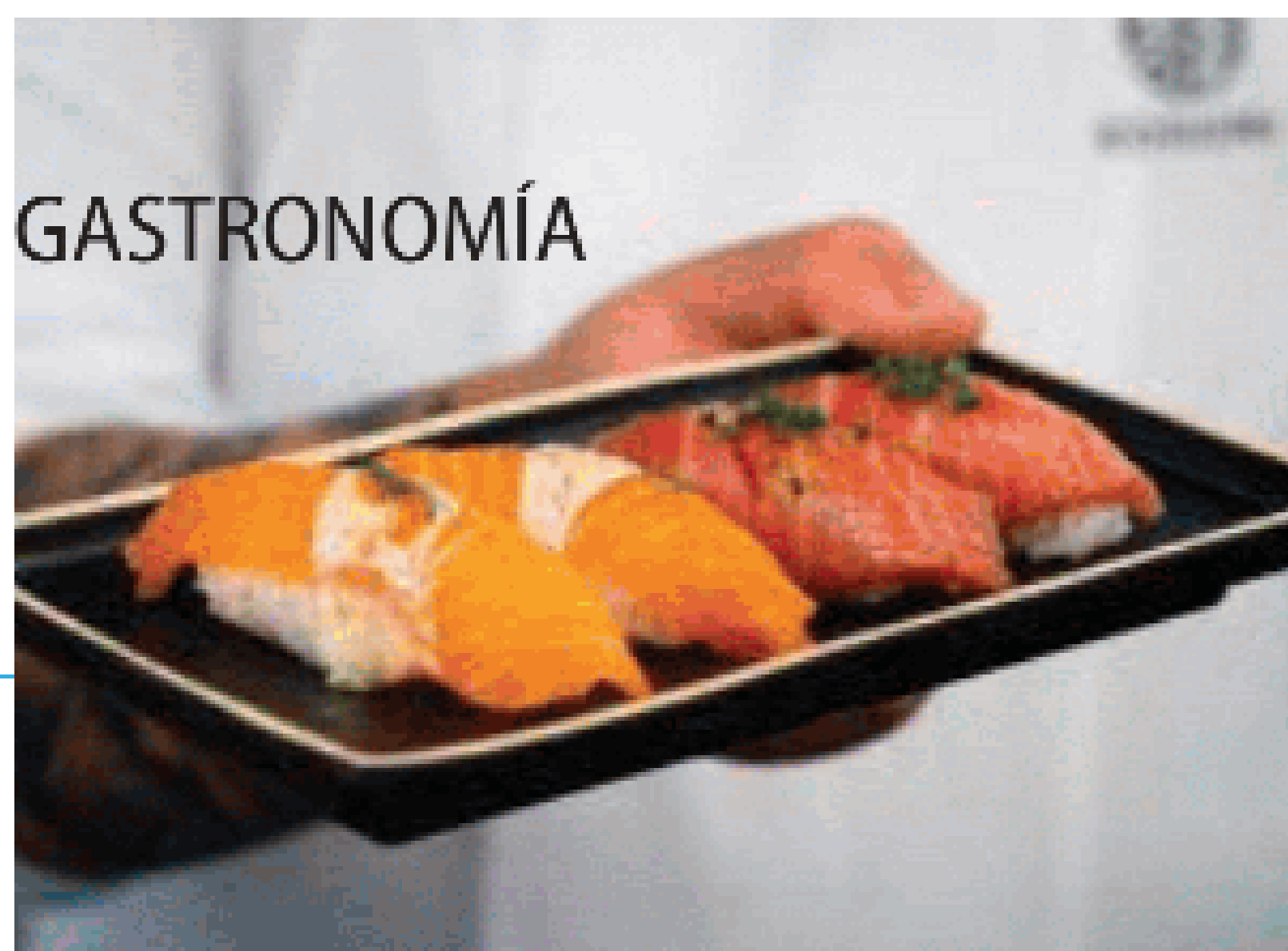
Soul of 1927, con una impactante arquitectura art decó que recrea la del edificio, refleja el espíritu de progreso y optimismo valenciano de los años 20.

tendencias | GASTRONOMÍA



Daniel Sorlut

El aperitivo más exclusivo de la ciudad lo tomarás en esta barra de ostras francesas.



Kogumi

En esta barra japonesa no solo podrás tomar piezas de sushi como estas, también robata.



Casa Dani

No podían faltar las tortillas más famosas (y premiadas) de Madrid.



Beata Pasta

El concepto del chef napolitano Ciro Cristiano que no para de cosechar éxito también llega a Bernabéu.



A Feira

La pulpería gallega acerca todo el sabor del mar al centro de la capital.



Joselito's

Bocadillos gourmet con lo mejor de Joselito's además de raciones de embutidos para saborear con un buen vino.



Perretxico

Pintxos de alta cocina entre los que es imposible elegir uno.

TAPEAR EN EL BERNABÉU

Bernabéu Market acaba de abrir sus puertas en el estadio del Real Madrid para recibir a locales y visitantes con inquietudes, no solo futbolísticas.

—Miriam Mascareñas.



Chocolatería 1902

Nada más castizo que un chocolate con churros (en su versión clásica y otras actualizadas).



Malvon

Las empanadas gourmet con los rellenos más generosos y sabrosos.

“El infarto se previene en un 80% de los casos”

La enfermedad cardiovascular es la primera causa de muerte en la mujer, diez veces más que el cáncer. Un riesgo que se agudiza a partir de los 50 años. La cardióloga LETICIA FERNÁNDEZ-FRIERA nos da las claves para prevenirlo.

—Mamen Ruiz Puertas. Foto: Flaminia Pelazzi.

Es la primera causa de mortalidad entre las mujeres en el mundo,

incluida España, superando al cáncer. La Dra. Leticia Fernández-Friera, cardióloga e investigadora, cofundadora de Atria Clinic y Directora del Servicio de Cardiología de HM Hospitales, nos explica cuáles son los factores de riesgo:

¿Por qué somos propensas a enfermedades cardiacas?

Tenemos más factores de riesgo cardiovasculares, pero no nos sentimos vulnerables a tener un infarto, porque, tradicionalmente, se ha asociado más al sexo masculino. Si nos adelantamos a la enfermedad y acudimos al profesional, se podrían prevenir hasta el 80% de los casos. Recientemente hemos publicado en la Revista Española de Cardiología que el 74 % de la población española desconoce que la enfermedad cardiovascular es la primera causa de muerte en la mujer, 10 veces más que el cáncer. También, en ocasiones, estamos infradiagnosticadas por los propios profesionales y, aún teniendo los mismos niveles de colesterol que los hombres, se nos prescribe un 30% menos de tratamiento de estatinas.

¿Cuáles son los factores de riesgo?

La hipertensión arterial, especialmente en mujeres mayores de 60

años, la dislipemia o colesterol alto, todos los trastornos del azúcar, como la diabetes y la resistencia a la insulina, que hace que ese azúcar remanente en la sangre se pueda depositar en las arterias que, junto con el colesterol y otros factores inflamatorios, produce tapones dentro de ellas. Si se tapa una arteria que está en el corazón, produce un infarto y si está

en el cerebro, produce un ictus. Otro factor de riesgo es el tabaquismo, especialmente en mujeres menores de 50 años. Además, un estilo de vida inapropiado y otros factores emergentes, como la falta de sueño y el estrés.

¿Qué pasa con las hormonas?

En esa etapa de la vida de una mujer, donde se tienen pocos estrógenos, se puede incrementar el riesgo cardiovascular. Durante la edad fértil, los estrógenos protegen el corazón, son vasodilatadores y ayudan a controlar el colesterol.

¿A qué edad deberíamos hacernos una revisión?

Las guías de prevención cardiovascular europeas establecen que a los 50 años.

¿Cuáles son los síntomas de un infarto en mujeres?

En ambos sexos las señales de alerta más frecuentes son el dolor torácico, una presión fuerte en el pecho, que no se modifica con el movimiento o con la respiración y, a veces, se irradia al brazo izquier-

do a la espalda. Pero las mujeres también pueden presentar otros síntomas atípicos, como dolor retro mandibular o detrás de las orejas, en la espalda o en la boca del estómago, tener una pérdida de conocimiento repentino, un decaimiento generalizado importante, falta de aire al respirar, sudoración fría o malestar en el cuello.



La dra. Leticia Fernández-Friera en la casa museo Nuria Pla de Barcelona.

Freshly[®] Dermocosmética
natural

Despierta la luz en tu piel

¿Sabías que el 80% del envejecimiento prematuro
de la piel viene del estrés oxidativo?

Nuestra apuesta:

Vitamina C natural encapsulada

Multiplica x20 el poder antioxidante
gracias a la tecnología
de encapsulamiento.

x20



*Piel 30% más luminosa**

¡Descúbrelos en freshlycosmetics.com!

*Resultados del test de ingrediente realizado por un laboratorio independiente.

tendencias | MOVILIDAD



La ciudad de Turín se presta a largos paseos por sus soportales y paradas en cafés centenarios.

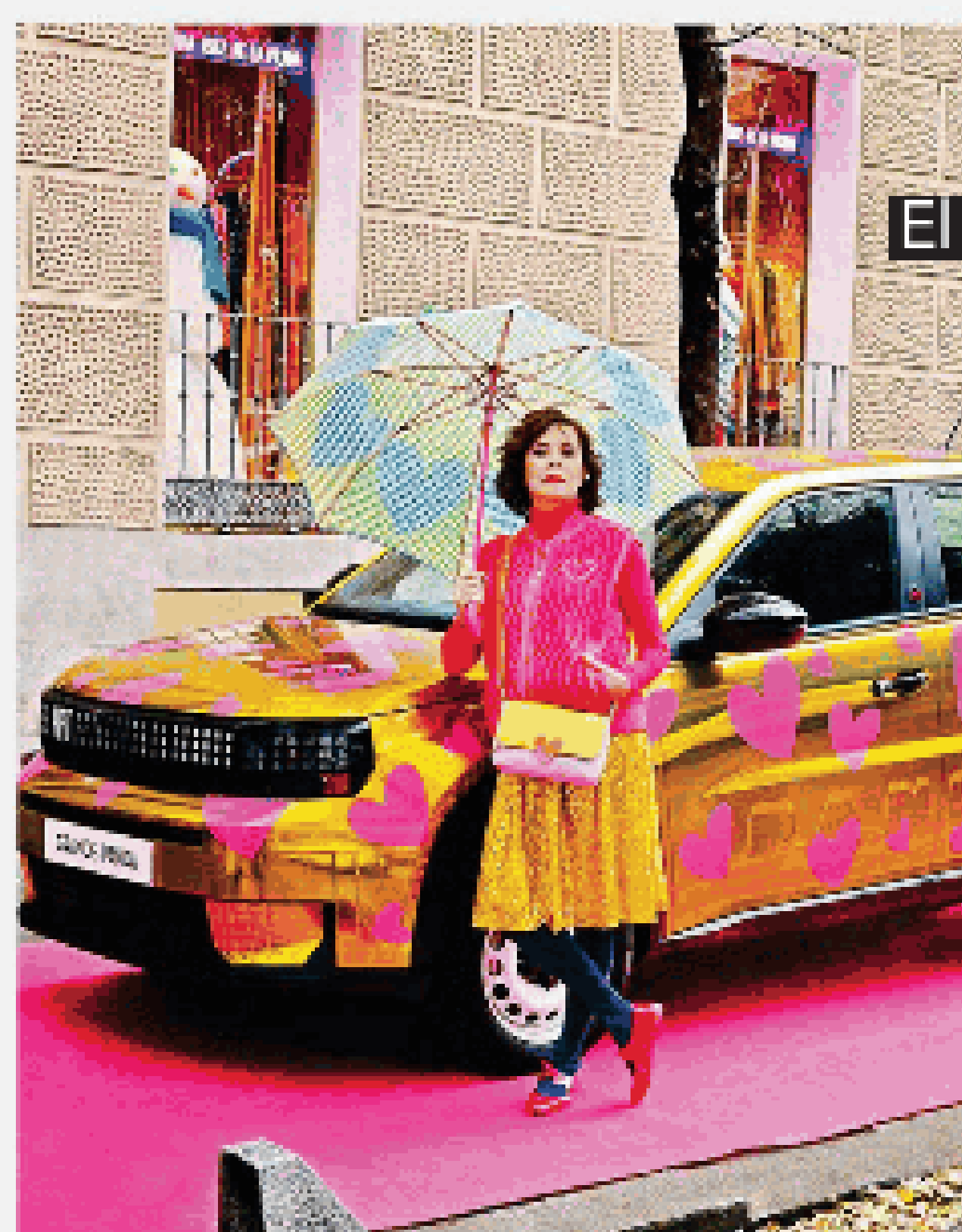


FOTOS: TONI MATEU

100% ITALIANO

El nuevo Fiat 500 Hybrid se presentó a la prensa internacional en su ciudad, Turín, porque es aquí, en la planta Carrozzerie Mirafiori, donde ya se fabrica desde el mes de noviembre y porque su serie especial de lanzamiento se llama precisamente *Torino*. Es un coche urbano, con 65 CV de potencia y una velocidad máxima de 155 km/hora, que celebra la rica herencia de la marca italiana. ¿Lo mejor? Tuvimos la oportunidad de probarlo en el mítico circuito del Lingotto, en lo alto del edificio que ahora alberga la Colección de Arte Agnelli. El plan es fabricar más de 5.000 vehículos para finales de este año, que saldrán al mercado a un precio inicial de 17.300 euros.

—Elena Flor.



El Panda agathizado

La diseñadora madrileña Agatha Ruiz de la Prada ha sido la encargada de dar vida a una versión única y ochentera del Nuevo Fiat Grande Panda. Sobre un fondo dorado, ha aplicado un patrón de corazones rosas, bajo el concepto 'Nueva Dolce Vita', con el que la marca italiana reivindica su vuelta al placer de disfrutar de las pequeñas cosas del día a día.

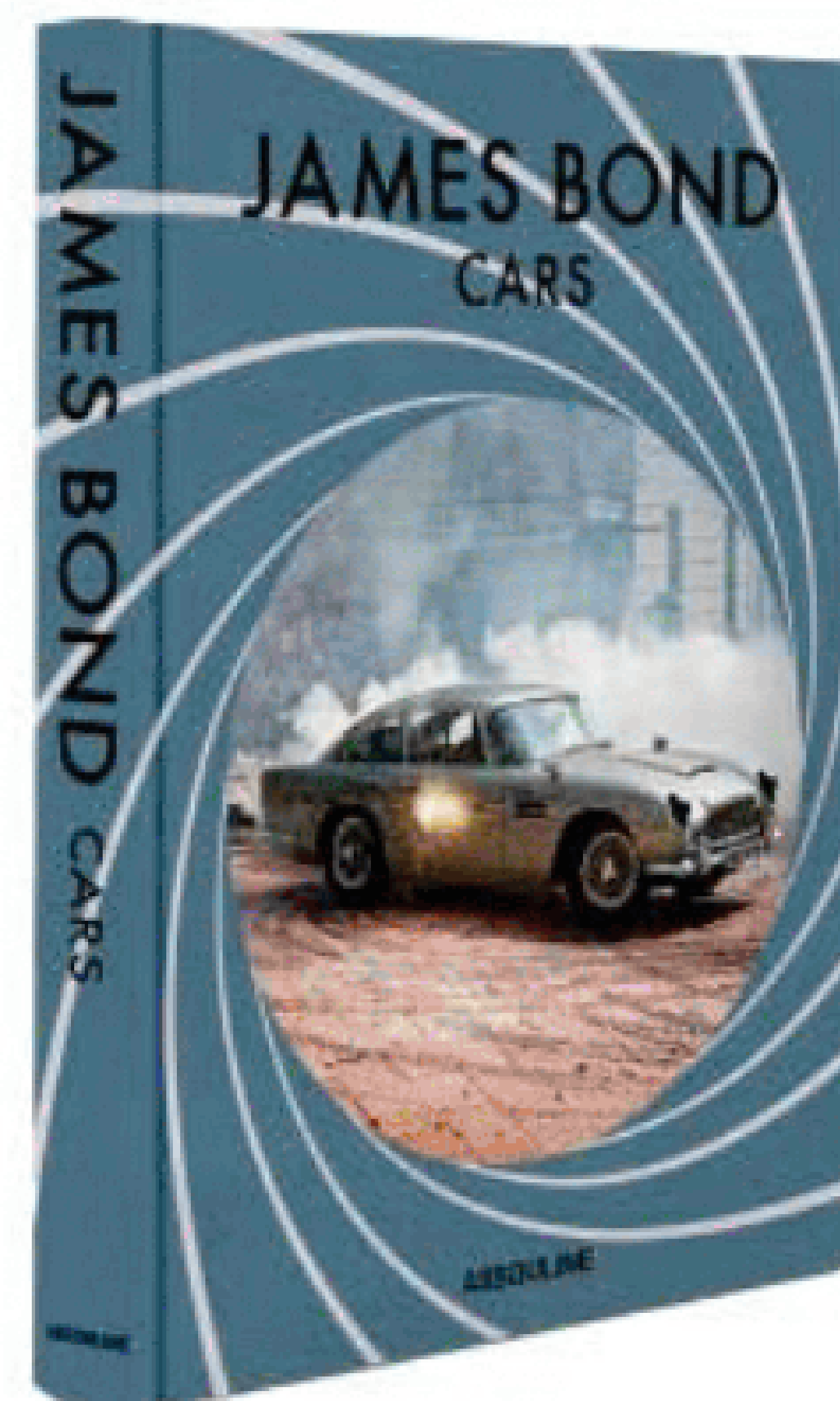


El nuevo Fiat 500 Hybrid Torino se fabrica en la planta de Mirafiori, en Turín.

FABULOSOS COCHES DE 007

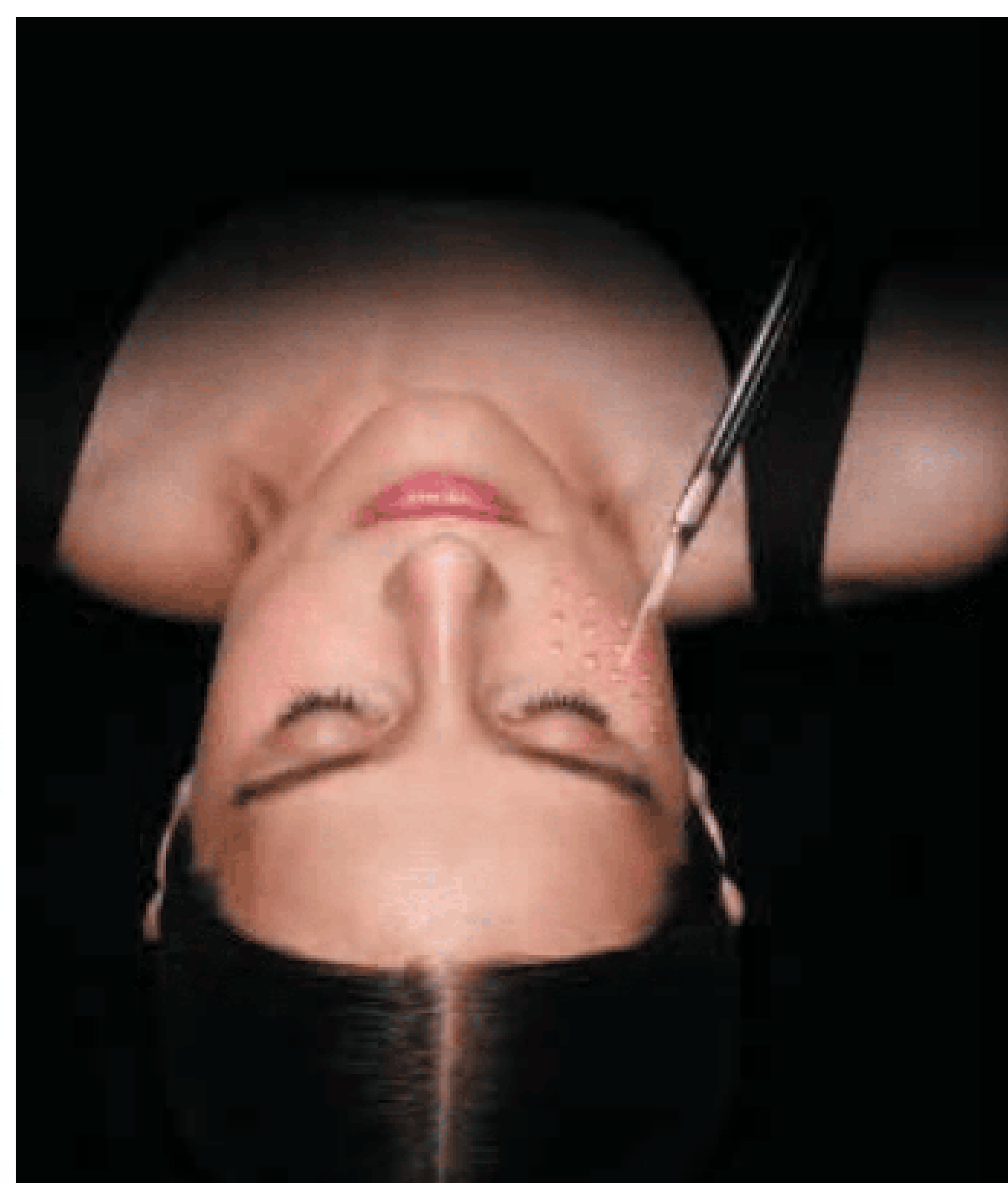
Desde el Sunbeam Alpine en *Dr. No* (1962) hasta el Aston Martin DB5 de *No Time To Die* (2021), *James Bond Cars* recoge en fotografías los artilugios más sofisticados y creativos de toda la serie de películas a lo largo de seis décadas. Otras marcas como Bentley, BMW, Land Rover e incluso Renault han pasado por la pantalla para dar lo mejor de sí mismas y a veces transformarse en submarinos, coches alados o motos de esquí. Todo un logro de la imaginación.

James Bond Cars. Ed. Assouline.
Precio, 120 euros.



LA COSMÉTICA 'REGENERATIVA' YA ESTÁ AQUÍ

Los Laboratorios Filorga han conseguido encapsular ingredientes utilizados en protocolos médico estéticos en su sérum NCEF-Revitalize para que los activos lleguen donde tienen que llegar logrando estimular los mecanismos naturales de regeneración de la piel. Inspiración en la mesoterapia, pero sin agujas.



Los cosméticos de nueva generación consiguen que la piel se regenere desde dentro y el resultado es mayor firmeza, luminosidad y juventud.

En los últimos tiempos no sólo el vocabulario beauty ha cambiado. Los tratamientos de longevidad han sustituido a las cremas antienvejecimiento y los médicos estéticos ya no buscan sólo embellecer. El objetivo es prolongar la juventud de la piel con protocolos y tratamientos que estimulen los propios mecanismos de reparación del organismo. Que sea la piel la que regenere sus estructuras de colágeno, elastina..., que siga funcionando como cuando eras joven. Es lo que se conoce como ciencia regenerativa.

La doctora Victoria Núñez, experta en medicina estética, nos lo explica: "No se trata de "camuflar" los signos de la edad, sino de reactivar la capacidad natural de la piel para funcionar como cuando era más joven. El futuro de la medicina estética está en potenciar esa capacidad de la piel para regenerarse y para ello contamos con protocolos como la mesoterapia, el láser fraccionado y la cosmética avanzada, como el sérum NCEF-Revitalize de Filorga, que potencia la síntesis natural de



La doctora Victoria Núñez Vera es experta en medicina estética y tiene clínica propia en Sevilla.

colágeno y elastina, mejora la hidratación profunda de la piel y refuerza sus defensas antioxidantes".

¿Cómo se consiguen esos resultados con un sérum?

Porque NCEF-Revitalize está inspirado en la mesoterapia. No hay que olvidar que Filorga es el primer laboratorio francés en medicina estética¹ y eso se ve en sus fórmulas. Traslada el rigor científico de la consulta médica a la cosmética diaria, con complejos de activos utilizados en medicina estética que marcan la diferencia. El método de encapsulación que utilizan permite liberar estos activos progresivamente sin necesidad de agujas logrando que los activos tengan la mayor eficacia.

¿Se puede combinar con tratamientos médico estéticos?

Por supuesto. El sérum NCEF-Revitalize de Filorga es un complemento ideal de los procedimientos médico estéticos porque prolonga sus resultados y los refuerza de forma tópica en casa. Juntos forman un protocolo de revitalización

integral con resultados visibles y duraderos. La piel responde mejor, mantiene más tiempo su juventud, luminosidad y firmeza. Y, empleado solo diariamente es capaz de transformar tu piel en sólo 42 días, como avalan los estudios clínicos realizados². Es el resultado de la perfecta unión de la ciencia y la belleza en un producto cosmético de nueva generación.



De venta en farmacias, para-farmacias de El Corte Inglés y en es.filorga.com. Consulta el punto de venta más cercano a ti escaneando el código QR.

1- Fundado en 1978.

2- Estudio clínico sobre homogeneidad, elasticidad, firmeza, luminosidad y piel lisa – 24 mujeres – después de 42 días de uso dos veces al día.



EL PRÓXIMO 31 DE MARZO
A LA VENTA EN EL QUIOSCO

cultura

“Todo el que espere que esta historia de amor épica sea subida de tono se sorprenderá, porque es más romántica que provocativa”

cine

Para muchos, es una de las mejores novelas británicas de todos los tiempos. Para la protagonista de esta nueva adaptación al cine, **Margot Robbie**, su lectura fue como “un puñetazo en el estómago, cuando sientes que el aire abandona tu cuerpo”. Con Jacob Elordi como protagonista masculino -“es el Daniel Day-Lewis de su generación”, dice-, la actriz australiana nos lleva a los románticos páramos de Yorkshire en *Cumbres borrascosas*.

A priori, la historia de *Cumbres borrascosas*, paradigma de la novela gótica y protovictoriana, tiene poco que ver con los papeles más conocidos de Robbie: la Naomi de *El lobo de Wall Street* (2013), la Harley Quinn de *Suicide Squad* (2016), la Sharon Tate de *Érase una vez en Hollywood* (2019) o su encarnación de la legendaria muñeca en *Barbie*. Pero, si escarbamos un poco, podemos encontrar conexiones. Cathy, protagonista femenina del libro de Emily Brontë, oscila entre el amor verdadero de Heathcliff -el niño abandonado, probablemente de origen gitano, que es criado junto a ella tras ser rescatado de las calles por su padre- y los oropeles de la proyección

Agnes Grey y *La inquilina de Wildfell Hall*. Y fue igualmente la tisis la que se llevó a Charlotte (1816-1855), la mayor de los cuatro y autora de otro de los grandes títulos de la literatura inglesa romántica, *Jane Eyre*, amén de albacea del legado de sus hermanas. Pero, tal y como se cuenta en *Cumbres borrascosas*, el último aliento no tiene por qué significar el final de nada. En un poema contemporáneo a la novela de Emily, *Annabel Lee*, el ilustre maldito Edgar Allan Poe (1809-1849) hablaba de un amor más poderoso que la muerte. “Más fuerte que el tiempo”, dirá la escritora inglesa en la historia de Heathcliff y Cathy. De ahí que los que pasen al Más Allá puedan regresar a este mundo, si sus corazones “fueron lo suficientemente salvajes en vida”. Hoy, quizá embotados nuestros sentidos

nuevo proyecto filmico con Margot Robbie y Jacob Elordi como la pareja protagonista, bajo la dirección de la oscarizada Emerald Fennell, artífice de, entre otras películas, *Una joven prometedor* o *Saltburn*. Según ha confesado recientemente en una entrevista, a Fennell le gustaría que su película se convirtiera en el *Titanic* de la nueva generación, o en algo así como lo que significó para ella *Romeo & Julieta*, de Baz Luhrmann, que fue a ver ocho veces seguidas al cine y no pudo parar de llorar.

Heathcliff, como el Edward Rochester de *Jane Eyre*, representa el ideal de hombre torturado del Romanticismo. Con la mirada ensombrecida de Werther y del resto de los antihéroes románticos, vive una existencia llena de aflicción y siente que ha venido al mundo para el dolor y para el hambre. Eso lo emparenta también con la criatura de *Frankenstein*, ese moderno Prometeo que Mary Shelley (1797-1851) ideó para entretener a Lord Byron, a su marido Percy Shelley y a John William Polidori en una desapacible noche de hace dos siglos. Monstruos, desheredados y maltratados por mezquinos familiares -como Cenicienta-, estos personajes están condenados a sufrir una realidad hostil. “Nada es real

al ahí abajo”, sentencia Heathcliff desde lo alto de las cumbres que dan título a la novela. Por cierto, para cerrar el círculo, recordar que Elordi acaba de dar vida a la criatura en la reciente revisión de *Frankenstein* a cargo de Guillermo del Toro.

Y aunque el amor sea trascendental, no es la única fuerza que consume a los personajes de estas historias. Tal y como escribió Emily, las estrictas normas relativas al estatus social que determinan qué está permitido y qué está prohibido, son igual de destructivas. Entre sus manguitos de piel, enaguas, corpiños, sombreros y otras prendas largo tiempo deseadas, Cathy Earnshaw está a salvo de los recuerdos, pero también encarcelada. Como la pasión de los antiguos amores que nunca se apagan, ella seguirá proclamando su mensaje inmortal, ya sea en la voz de Margot Robbie o en quien quiera que se la preste en el futuro: “Sea de lo que sea que estén hechas nuestras almas, la suya y la mía son la misma”.

T

—Darío Prieto.

Cathy, la protagonista de la icónica novela de Emily Brontë, oscila entre el amor verdadero y los oropeles de la proyección social. De manera análoga, muchos de los personajes que ha interpretado Margot Robbie se debaten entre la seducción del capitalismo y la rebeldía contra el sistema

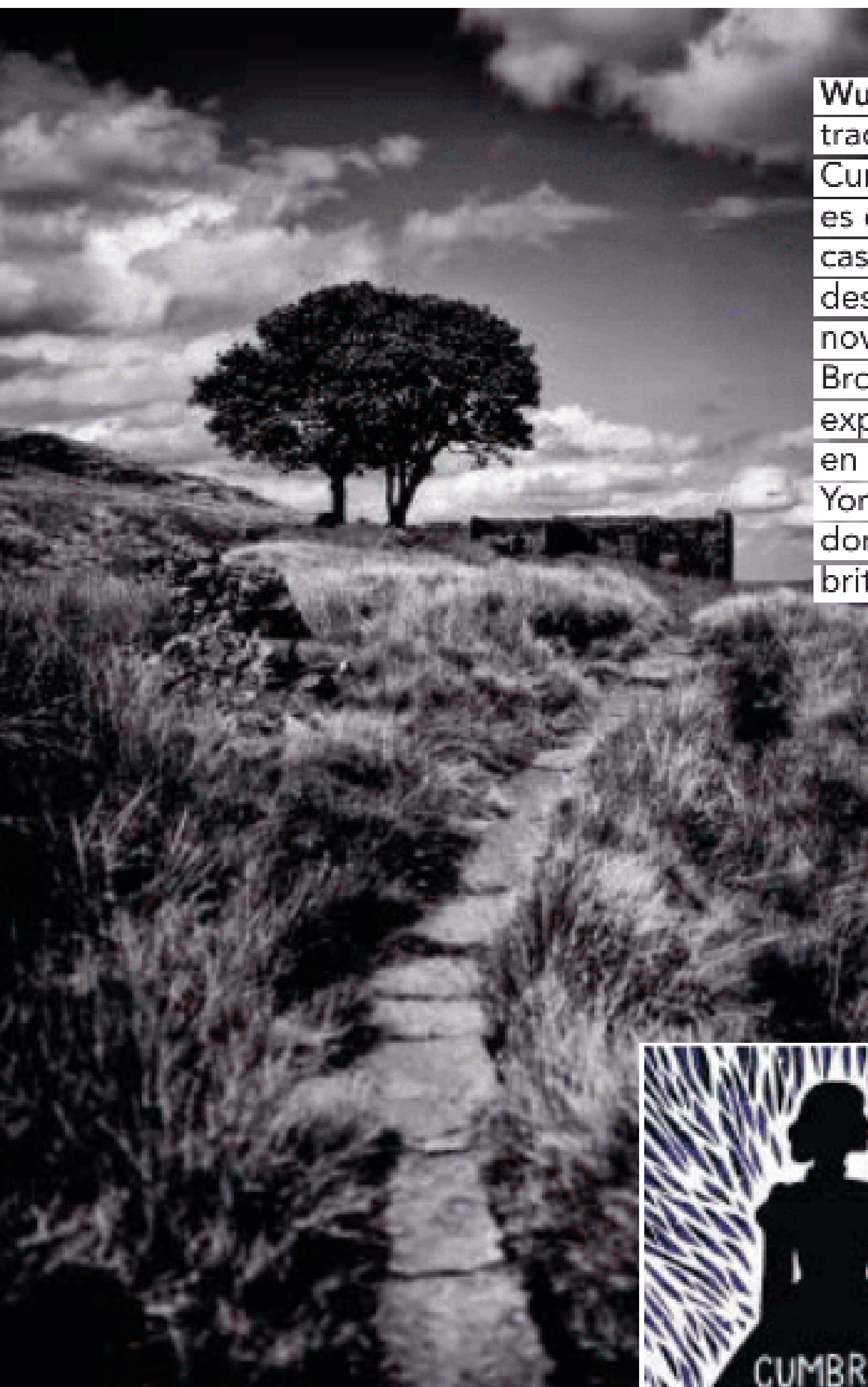
social que le ofrecería un matrimonio con el heredero de la familia vecina, Linton.

De manera análoga, muchos de los personajes de Robbie se debaten entre la seducción del capitalismo (*El lobo de Wall Street*, *Barbie*) y la rebeldía contra este sistema (*Suicide Squad*, pero también *Yo, Tonya* y *El escándalo*). En otros casos, ha encarnado a mujeres para las cuales el poder es a la vez un regalo y una maldición (*María, reina de Escocia* y *Babylon*).

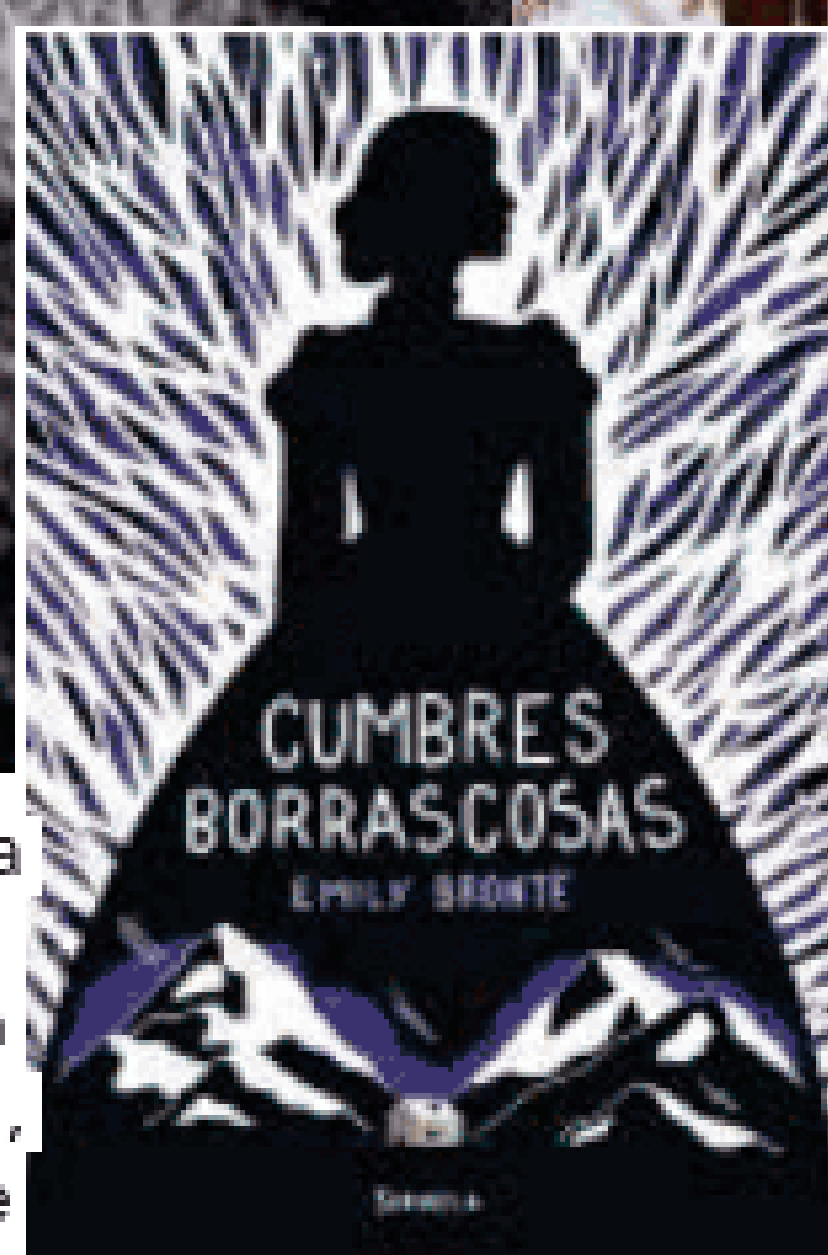
El desdichado destino de los protagonistas de la novela conecta con esta doble faceta romántica de Robbie, y encuentra un reflejo en las biografías de la propia familia Brontë, recluida en su residencia señorial de Yorkshire. Branwell, el único hermano varón, falleció en 1847, con 31 años, devorado por su adicción al alcohol y a las drogas. Emily (1818-1848) murió al año siguiente, a los 30 años, víctima de tuberculosis. La hermana menor, Anne (1820-1849), la sobrevivió un año, pero terminó sucumbiendo a la misma enfermedad, tras haber publicado (con seudónimo, al igual que Emily), dos novelas,

por los antidepresivos y ansiolíticos, aquella llama de romanticismo frenético que incendió el mundo en la primera mitad del siglo XIX, se nos antoja algo exótico y fascinante: jóvenes que se arrojan a la muerte en la flor de la vida, emociones arrebatadas, el enfrentarse al mundo desde la certeza del fracaso... Todo tan lejano y, sin embargo, todavía deslumbrante. Un exceso de luz que llega incluso a través de los cielos desapacibles de *Cumbres borrascosas*, la novela arquetípica del movimiento, entregada a imprenta por Emily Brontë un año antes de su fallecimiento.

Se trata de una obra que ha inspirado grandes, medianas y pequeñas adaptaciones cinematográficas: la conocida versión de William Wyler de 1939 -con Merle Oberon, Laurence Olivier y David Niven-, la volcánica traslación de Luis Buñuel a la atmósfera mexicana en *Abismos de pasión* (1954), el acercamiento de 1992 con Juliette Binoche y Ralph Fiennes -en el primer papel en el cine de éste-, la actualización de Andrea Arnold en 2011... Hasta desembocar en un



Wuthering Heights, traducido como Cumbres Borrascosas, es el nombre de la casa señorial donde se desarrolla la icónica novela de Emily Brontë, un lugar expuesto y sombrío en los páramos de Yorkshire, Inglaterra, donde vivió la autora británica.



"No hay en toda Inglaterra un paraje tan apartado del mundanal ruido; es un paraíso para misántropos", escribió Emily Brontë, que amaba la soledad.



Se publican nuevas ediciones del clásico de Emily Brontë. La de Penguin Classics, con cantos tintados, y la de Siruela, con una nueva traducción de Cristina Sánchez-Ándrade y prólogo de Alejandro Gándara.



1847/2026

Casi dos siglos después, la única novela escrita por Emily Brontë sigue vigente. La escenografía gótica y romántica de la película protagonizada por Margot Robbie es espectacular.





Jessica Chastain
en *Dreams*.

Mirada de Oscar

Última llamada para la ceremonia de los Oscar, a la que se incorporan los últimos estrenos más esperados de la temporada. ***Dreams***. En este relato cruel sobre las aristas de la filantropía, Jessica Chastain vuelve a colaborar con el director Michel Franco (*Memory*) en el rol de una empresaria enamorada de un joven bailarín mexicano (Isaac Hernández) que lo deja todo para reunirse con ella, a pesar de no contar con su aprobación ni con papeles de residencia. ***Marty Supreme***. Gwyneth Paltrow regresa a lo grande a la pantalla ídem como una actriz de los años 50 en decadencia en este biopic tan enervante como vertiginoso sobre la vida de un campeón estadounidense de pimpón y agudo conversador.

El agente secreto. Tras ganar el Oscar a la mejor película internacional por *Aún estoy aquí*, Brasil vuelve a postularse con otra mirada a la dictadura, esta vez un *thriller* sobre un ingeniero a la fuga interpretado por Wagner Moura que se oculta en Recife a finales de los años 70 huyendo de las represalias de un político corrupto. ***Franz Kafka***. La veterana directora polaca Agnieszka Holland arroja una mirada original y caleidoscópica a la vida del autor de *La metamorfosis*, donde confluyen pasado y presente, testimonio a cámara y ficción, dramatización de sus textos de pesadilla y crítica al turismo cultural en Praga.

—Begoña Donat.



Gwyneth Paltrow
en *Marty Supreme*.



Wagner Moura en
El agente secreto.

Se hablará
de...

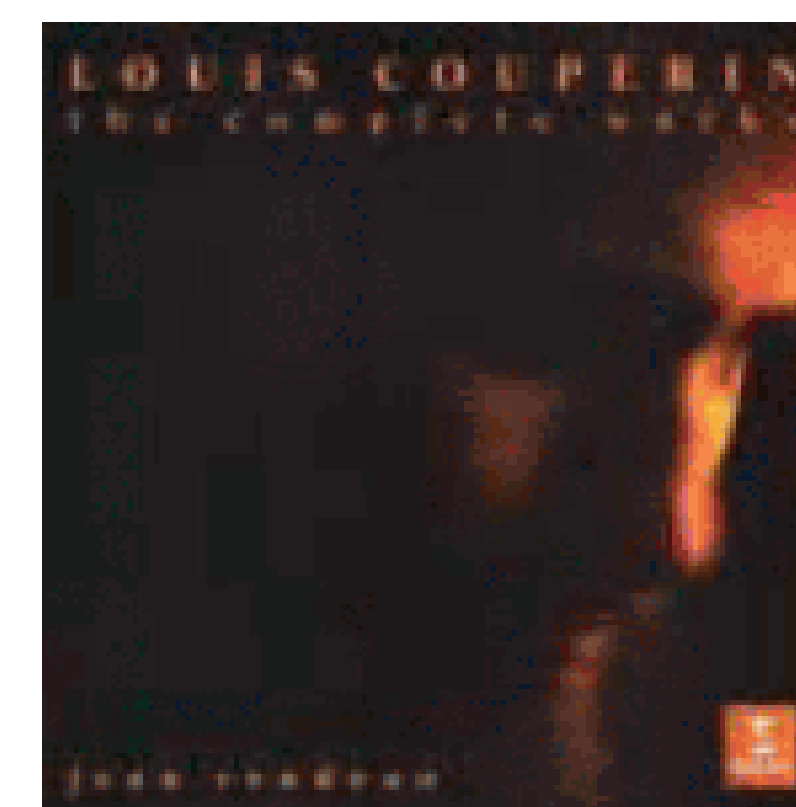
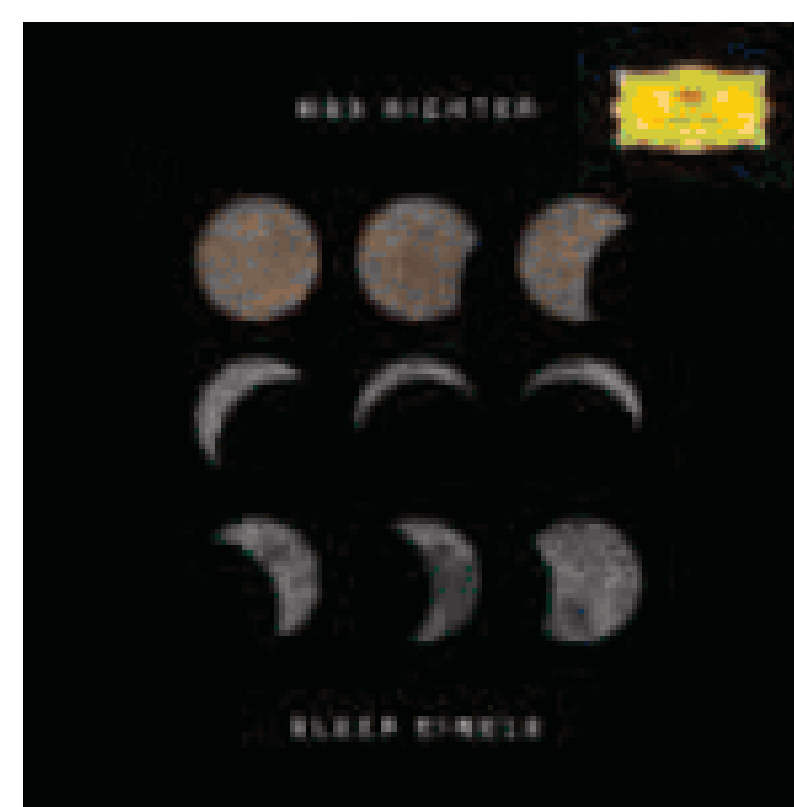
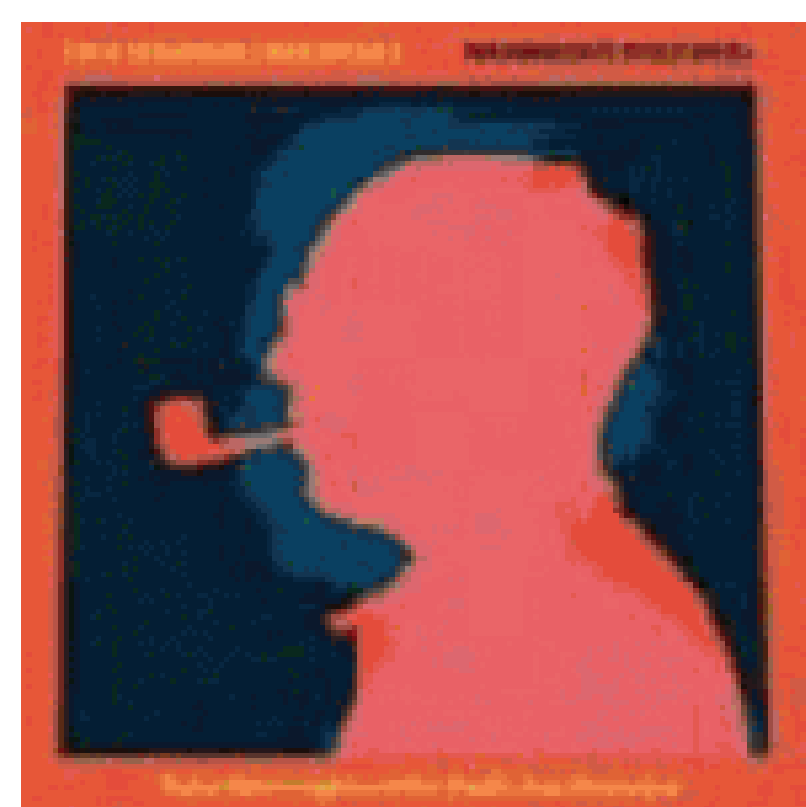
TRES ADIOSES

Isabel Coixet define su adaptación de la novela *Tres cuencos*, de Michela Murgia (editorial Altamarea) como "una historia de amor contada al revés". Su drama romántico arranca con la separación de una pareja. Tras la ruptura, la mujer, interpretada por la magnífica Alba Rohrwacher, pierde el apetito. Como en *Cosas que nunca te dije*, la directora disecciona el dolor para hacer brillar el presente.



Idan Weiss en *Franz Kafka*.

música



Nuevos discos para añadir a mi lista

El ya mítico grupo de hip hop neoyorquino **De la Soul**, proponen un nostálgico y divertido regreso a los orígenes del género.

En *I'm a Stranger Here Myself*, **Rufus Wainwright** revisa dieciséis temas esenciales de Kurt Weill, un clásico del jazz y del cabaret.

Artífice de la magnífica banda sonora de *Hamnet*, **Max Richter** lanza *Sleep Circle*, un viaje alucinante a la música clásica del siglo XXI.

Lugar N°0 (D.L.Y.) se titula el segundo álbum del dúo granadino **La Plazuela**, donde cabe su flamenco de raíz con electro y disco.

Espectacular grabación del *enfant prodigio* del clavecín **Jean Rondeau**, que repasa la obra completa del músico barroco Louis Couperin.



La pianista Isabel Dobarro.

Su amor por el piano terminó venciendo las inevitables resistencias y obstáculos que alguien que quiere ser una intérprete de élite en la música clásica en España suele encontrarse por el camino. Isabel Dobarro (Santiago de Compostela, 1992) tiene 33 años y acaba de recibir el Premio Latin Grammy 2025 al Mejor Álbum de Música Clásica por su primer disco en solitario, *Kaleidoscope*. Es la primera artista española que obtiene este galardón tras Plácido Do-

mingo, que lo recogió en 2011. Empezó a familiarizarse con el instrumento a los tres años, y un año después ya dio su primer concierto. Su precocidad es tan impresionante como su formación (maestra del ajedrez, habla cuatro idiomas, doctorada en Professional Studies en Manhattan School of Music de New York University, licenciada en Derecho por la U.N.E.D, Master en Relaciones Internacionales en la Universidad de Harvard...) y no menos que su trayectoria artística: ha dado

recitales en las principales salas del mundo y está considerada uno de los mayores talentos de su generación. "La música me ha permitido además desarrollar otras habilidades, como la disciplina, hablar en público, o el trabajo en equipo", asegura.

A su virtuosismo con el instrumento, se une una inquietud por descubrir el legado de mujeres compositoras que quedaron fuera de la historia de la música. En su primer álbum investigó y recuperó la figura de Pauline Viardot, la gran cantante franco-española del siglo XIX, en colaboración con la musicóloga Patricia Kleinman, la soprano Corina Feldkamp y la mezzo-soprano Anna Tonna. En *Kaleidoscope* propone un emocionante viaje a través de las piezas de compositoras actuales de todo el mundo, como Tania León, Julia Wolfe o Yoko Kanno. "Es necesario promover de manera activa estas obras, no en sustitución, sino en conjunción con piezas de Bach, Mozart o Beethoven, con el fin de que la labor de estas grandes creadoras tenga su merecido lugar en el canon musical". Con carácter reivindicativo, Dobarro apuesta por programar en las salas de conciertos tanto a compositoras históricas invisibilizadas como a las actuales, referentes de futuras generaciones. "Si este repertorio no se conoce, no se estudia y no se programa, se perpetúa esta situación", afirma.

—César Suárez.

La cara oculta de un actor

De repente, ENZO VOGRINCIC se convirtió en un actor adorado en el mundo entero por su papel en *La sociedad de la nieve*. Ahora cuenta las intimidades del proceso del casting, el rodaje y la vorágine del éxito en un libro ensayo-dictario: *La muerte del personaje*.

—César Suárez. Fotos: Enrique Escandell. Realiza: Cristina G. Vivanco.

Enzo Vogrincic estuvo enemistado con su nombre durante mucho tiempo. Cuenta que en el colegio los niños tenían nombres que admitían diminutivos cariñosos, pero el suyo, dado que no queda bien si lo abrevias, era siempre el mismo, Enzo a secas. Eso le molestaba. Considera que puede ser un in-

dicio de la continua revuelta que tiene con su identidad. Se llama así por Enzo Francescoli, “El Príncipe”, un mítico jugador de fútbol uruguayo de la época de su padre, que llegó a jugar con él en el mismo club. “Un apodo a lo mejor lo hubiera solucionado, pero eso tampoco me tocó”, dice. Tiempo después se dio cuenta de que estaba equivocado, al enterarse de que Enzo es en sí mismo un diminutivo cariñoso de Vincenzo, y desde ese momento comprendió que cuando le llamaban por su nombre solo podía ser de manera cariñosa, aunque la otra persona no lo supiera.

A Enzo no le gusta el fútbol, pero admite que aprendió a vivir con pasión lo que hace gracias al vínculo con este deporte que le transmitió su padre. La primera vez que le llevó a jugar un partido, con cinco años, se sentó en el medio del campo a jugar con la tierra. Esa actitud debería haber sido indicativo de su falta de interés por el balón, pero él creció con la incomodidad de ocultárselo a su padre para no romperle la ilusión. “En el fondo quería ser gimnasta olímpico, dibujante o espía, pero nunca lo mencioné con la suficiente convicción”, dice.

Su timidez fue la causante de que no encontrara el valor para confesarle a su padre que no quería jugar al fútbol y también, paradójicamente, como le ocurre a muchos actores, el motivo por el que se dedica a la interpretación: para enfrentarse a su timidez.

En medio de esa tesitura, con siete años fue a ver por pri-

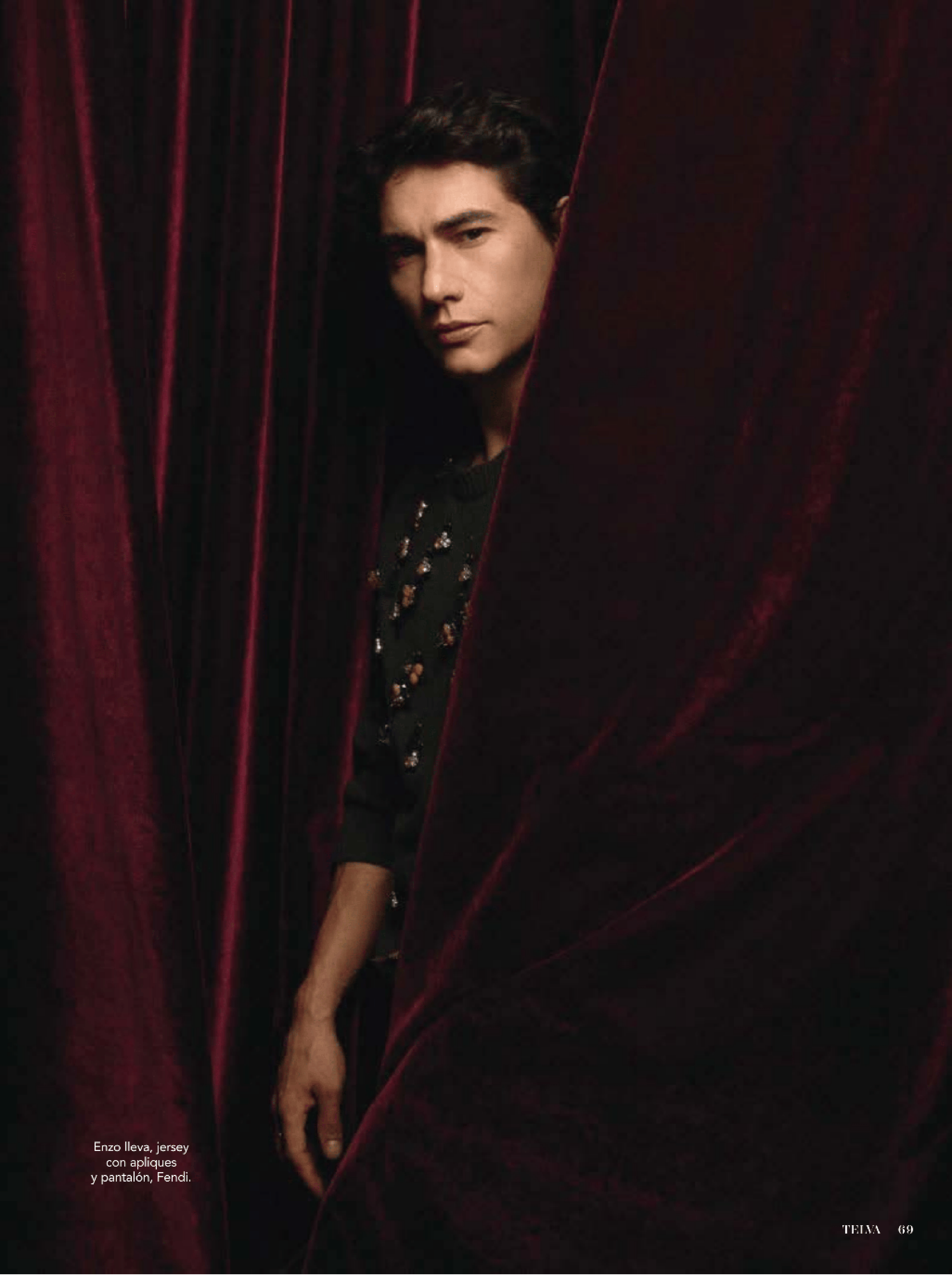
mera vez una obra de teatro. “Recuerdo la emoción cuando una luz iluminó el telón rojo, e intuí que si algo se escondía detrás de esa cortina aterciopelada, es porque era algo de mucho valor”, dice. Tiempo después descubrió el cine con *Parque Jurásico II*, que ni siquiera vio completa porque un primo suyo estaba muerto de miedo a su lado, no paraba de llorar, y al final tuvieron que salir de la sala. Por fin, dejó el fútbol y decidió que quería estudiar teatro. Se empuñó en formarse en talleres y cursos, hasta que cumplió la mayoría de edad y consiguió una beca para ingresar en la Escuela Multidisciplinaria de Arte Dramático de Montevideo, que lleva el sobrenombre de la actriz española Margarita Xirgu, musa de Lorca entre otros, que dirigió este centro durante sus años de exilio.

Eres actor, ¿cómo es que te metes a escribir?

En la vida me gusta aprender haciendo. Podría parecer que uno es escritor o pretende serlo, pero yo no escribo desde ahí. Admito que hay algo de atrevimiento, inconsciencia, incluso soberbia, según quien lo mire, pero así es como me salen las cosas. No es que ahora vaya a ponerme de escritor, solo me apetece reflexionar un poco sobre este cambio en mi vida. Porque las cosas cambiaron mucho. Empecé a actuar porque quería ser actor de teatro, y eso sucedió. Luego apareció el cine como algo que no sabía manejar, aprendí a hacerlo y me fue bien. Así hasta el día de hoy, que tengo una serie para filmar. Después no sé qué haré. Siempre pienso que un día se van a dar cuenta de la mentira y esto terminará. No sé si alguna vez supe hacer algo de lo que hago o siempre fue una cuestión de disponerme a hacerlo para descubrir cómo se transita ese camino. Un “chanta”, así le decimos en Uruguay.

Pero mientras se descubre o no el pastel...

Ah, claro, entretanto yo me tiro a hacer cosas. El caso de la escritura es este: ¿cómo escribe un libro una persona que no escribe, que no lee, cómo es ese proceso creativo



Enzo lleva, jersey
con apliques
y pantalón, Fendi.



*“Recuerdo la emoción que
sentí la primera vez que fui
al teatro, con siete años.
Cuando una luz iluminó
el telón rojo, intuí que
si algo se escondía detrás
de esa cortina es porque
era algo de mucho valor”*



Enzo lleva,
gabardina, Christian
Dior. En el Hotel
Casa de las Artes,
de Madrid.



“El éxito de La sociedad de la nieve me llevó a lugares que no imaginaba. Vi bailar a Leonardo Di Caprio en una fiesta y a las estrellas de Hollywood devorar la comida de una caja que sacaban de debajo de la butaca”

y ese descubrimiento de la escritura? ¿Cómo ocurre que eso que tú escribes en la intimidad, que le das tantas vueltas, ahora lo tengamos en las manos en forma de libro? Me interesa contar ese viaje que me lleva a escribir. Imagino que un escritor tendrá sus maneras, sus herramientas, su oficio. Yo todo eso lo inventé de cero.

¿No lees?

Puedo decir que soy un gran comenzador de libros, no mucho más que eso. Algunos los he leído completos, sobre todo para entender también, alguna vez aunque sea, en qué consiste la experiencia de terminarlos.

No es costumbre que un actor de éxito cuente sus interioridades de una forma tan sincera.

También hay algo de eso en el objetivo. Hay una versión que se da de mí en redes con la que se construye un personaje que no soy yo. Cuando me entrevistan, hablo de un rol en una película. Si me hacen fotos, estoy maquillado, visto ropa que no es la mía. También cuando uno escribe, elige qué cuenta y después lo edita. Entonces, ¿quién soy? Es como una *Mamushka* de la que vas sacando muñequitos y nunca sabes cuál eres tú realmente.

Conclusión: ¿Quién eres?

Es difícil conversar con uno mismo y llegar a una respuesta honesta. No estoy seguro de que uno sea solo sus vivencias. Eso es solo una parte de ti. Luego está lo que haces con eso que viviste, cómo lo asumiste, qué elegiste y qué rechazaste... También me preguntaba cuando escribía si estaba exponiéndome demasiado, si mostraba demasiadas cosas de mis amigos o de mi familia. Una directora de teatro me dijo una vez: “Uno no elige a los personajes, los personajes te eligen a vos”.

De qué manera te cambia la vida el éxito mundial de *La sociedad de la nieve*.

Yo me presento a un casting porque quiero actuar. No me planteo otro fin. Había algo en la historia de la película que ya de por sí para cualquier actor es fascinante. Sabés lo que vivieron las personas a las que interpretas, sabés que vas a rodar en una montaña a bajo cero, que vas a te-

ner que atravesar un terreno duro como actor. Todo eso es muy placentero. Lo que ocurre después, cuando la película llega a los espectadores, es incontrolable. Algo que yo no me imaginaba. Llega un punto en que dices: ¿dónde me he metido? Porque claro, uno no puede cambiarse la cara. A mí me ocurrió eso de golpe. Por suerte, la espuma baja y a día de hoy ya puedo andar tranquilo. Yo no sabía lo valiosa que es la intimidad hasta que un día sales a la calle y un montón de gente que no conoces se te acerca. Para mí fue un sacrificio acostumbrarme a la idea, me llevó un rato.

¿Cómo fue el proceso para entrar en la película?

Había un correo electrónico “misterioso” circulando entre mis amigos actores sobre un casting para una película de la que no se daba casi información, pero se intuía que era la historia de los Andes. Interpreté un texto en una toma y lo envié con miedo y una razonada de esperanza. Ahí se inició un proceso que duró siete meses, hasta que empecé a ensayar con Bayona y los demás. En el cine, tras hacer el casting viene una etapa displicente donde se tienen que alinear una

cantidad de coincidencias, aspectos que no podés cubrir, vinculados a la casualidad o la suerte.

¿El personaje te eligió a ti, como predijo tu profesora?

De alguna manera fue así. Hay una misteriosa captación de la lente de la cámara donde un rostro se puede transformar y transmitir algunas cosas, o no. Eso sucede o no sucede. En mi caso, sucedió. Recuerdo la primera lectura que hice de mi personaje, Numa, cuando habla en off de su propia muerte. No pude seguir leyendo, la angustia me tomó por completo. Hay algo de mí que ya está muy conectado a esta historia y, sobre todo, a este personaje. El libro busca explorar eso también. Suerte y muerte también están conectadas. Pelearse con la realidad no funciona para nada. El juego es aceptar el camino que sea y aprovechar las situaciones.

¿Te ha desestabilizado la fama?

Por suerte no me ha tocado pelear con eso. Tengo por naturaleza los nervios apagados. Eso ayuda mucho. Es difícil que me condicione lo que pasa en el exterior. Soy poco influenciado, no me dejo llevar. Es como una voz interna que no sé de dónde sale y me tranquiliza, aunque a veces tengo que apagarla. Me ha pasado con amigos, en alguna situación de emergencia me llaman a mí porque soy el centrado, el que puede resolver con frialdad.

¿Qué anécdotas de actor triunfante son las que más celebran tus amigos?

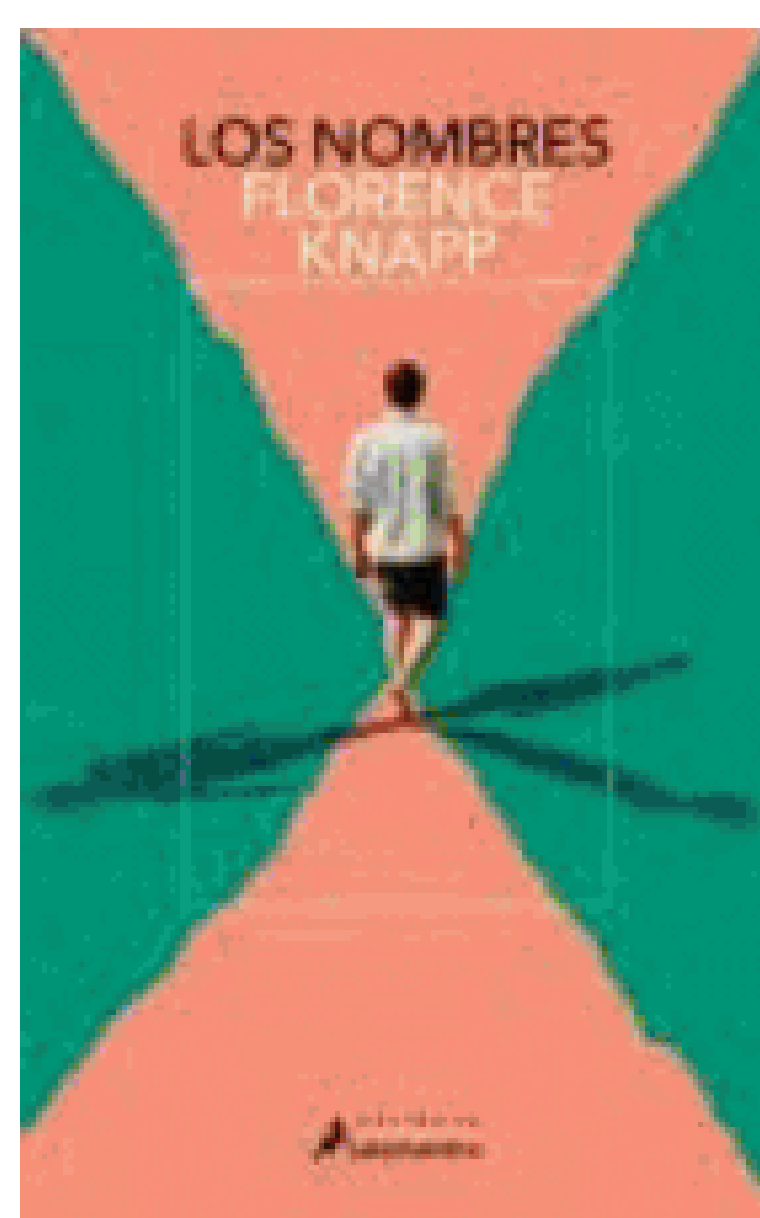
Me piden muchas. Presentar *La sociedad de la nieve* en Venecia o en Nueva York fue espectacular. Presenciar en primera fila la Fashion Week de París contratado por una lujosa firma de ropa... Imaginate lo irónico, si yo antes de todo esto pensaba que los viajes en avión solo eran para ricos. Ver bailar a Leonardo Di Caprio en una fiesta, o alucinar en la gala de los Oscar, cuando en las pausas las estrellas sacan comida de debajo del asiento y devoran su pretzel sobre sus trajes de lujo... Lo fascinante es ser testigo de lo ridículo que es todo desde fuera. No deja de ser un *shopping* con cortinas.

T

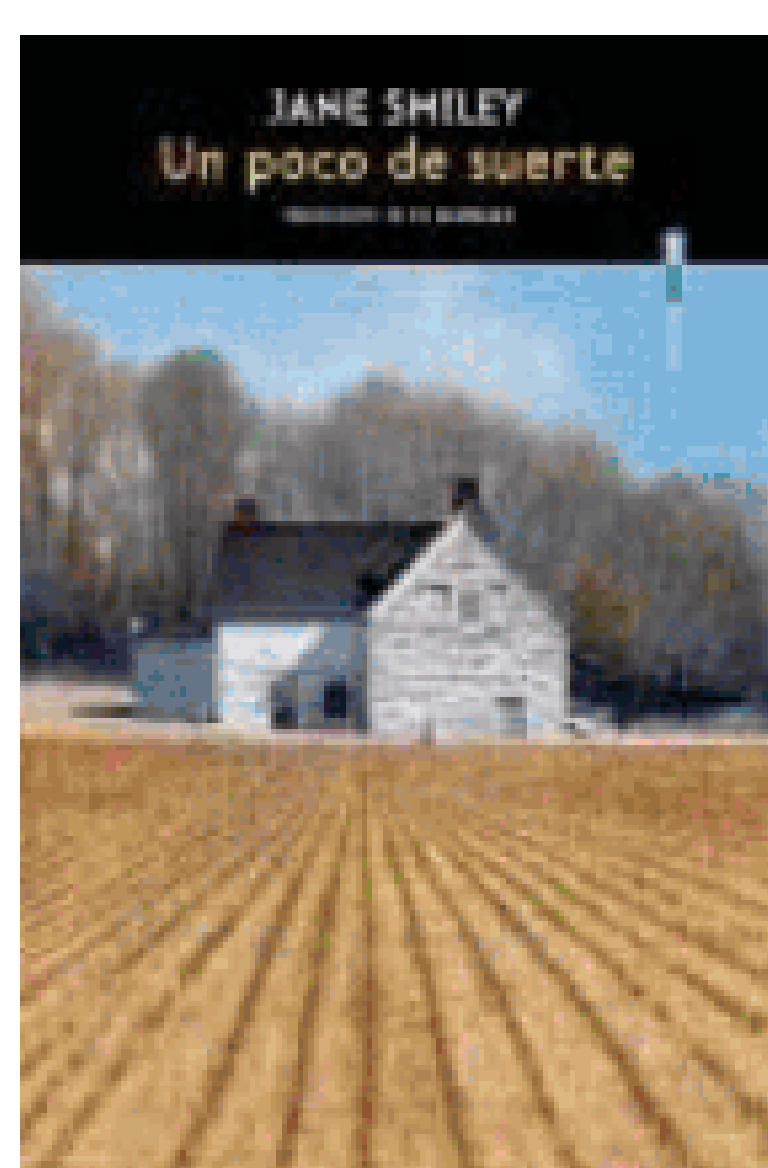
(Maquillaje y peluquería: Marta Ros (NS Management) para L' Oreal).

libros

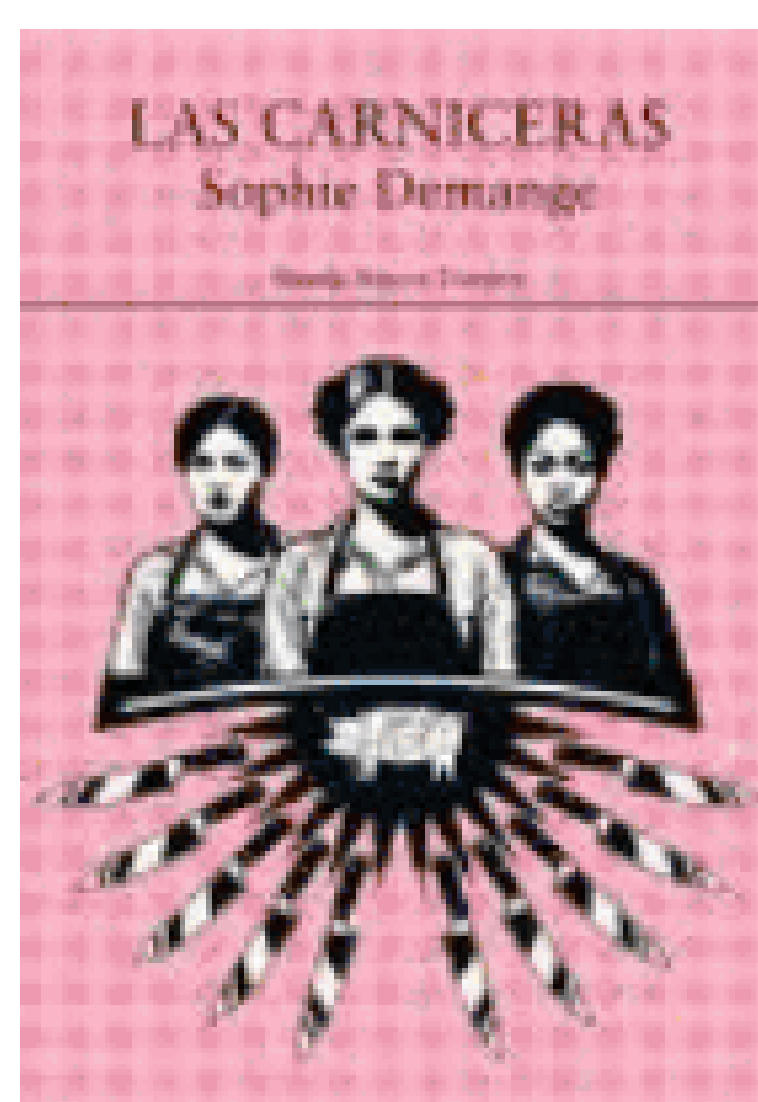
1



4



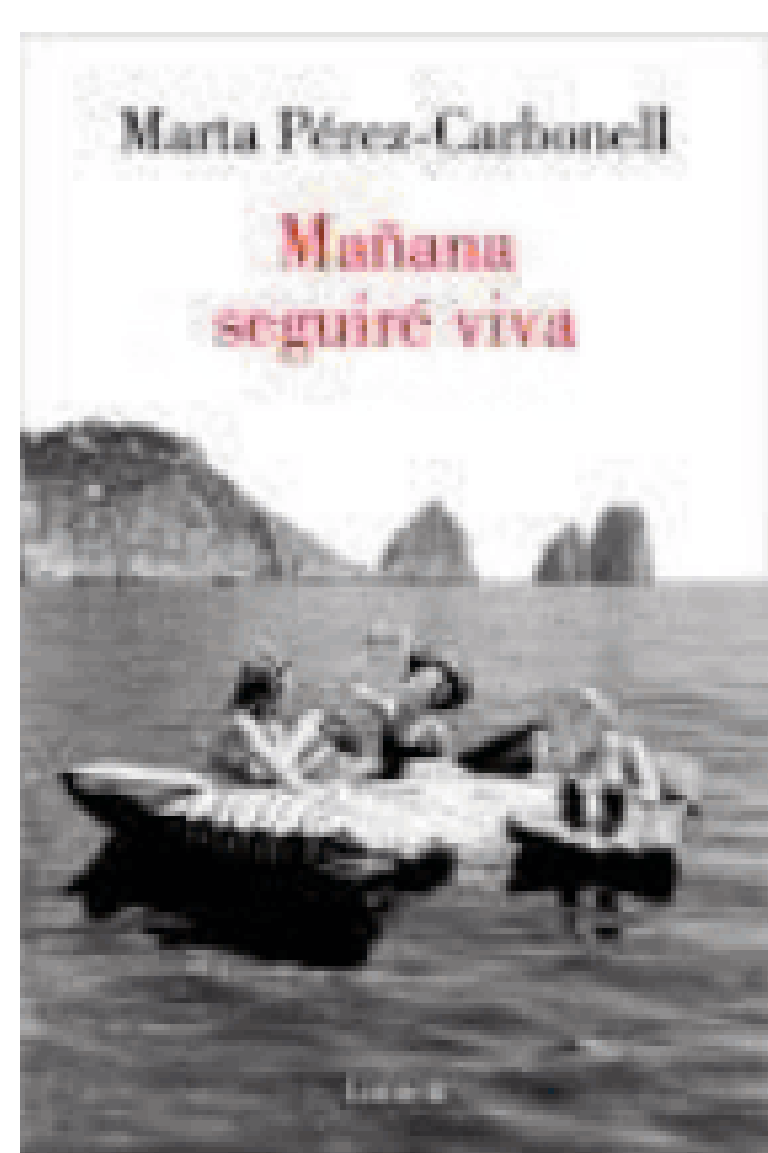
8



2



5



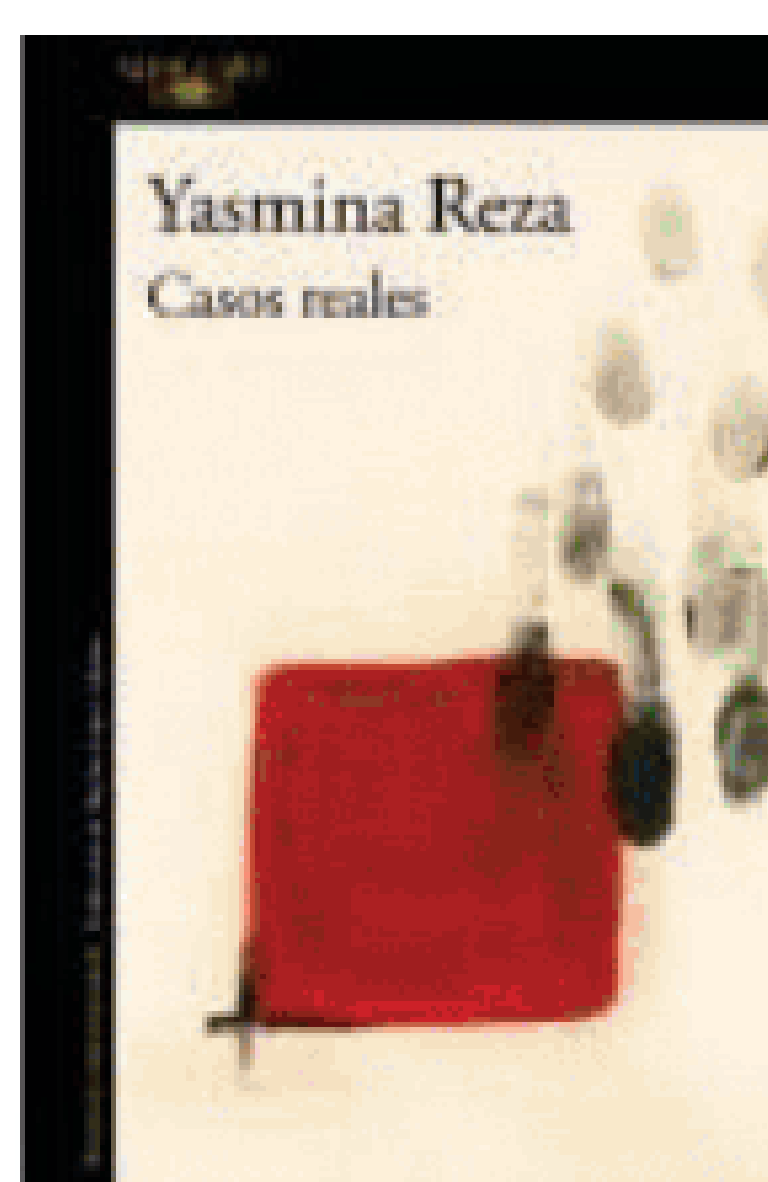
9



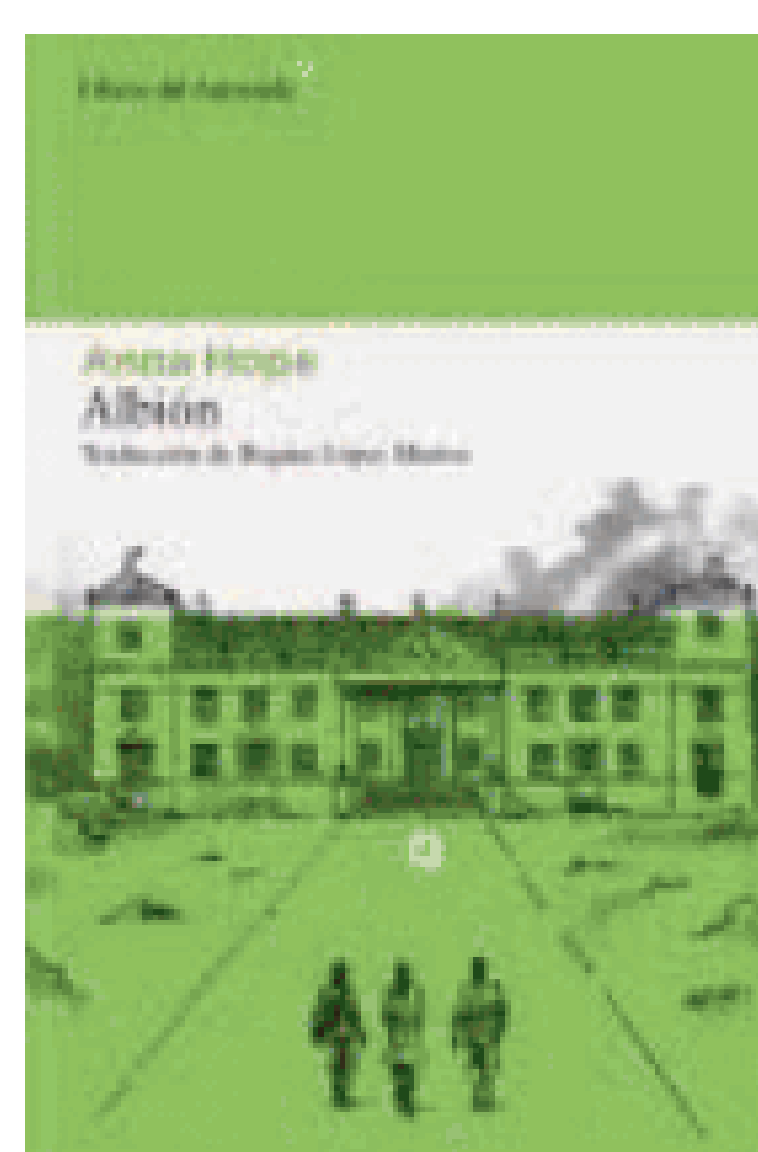
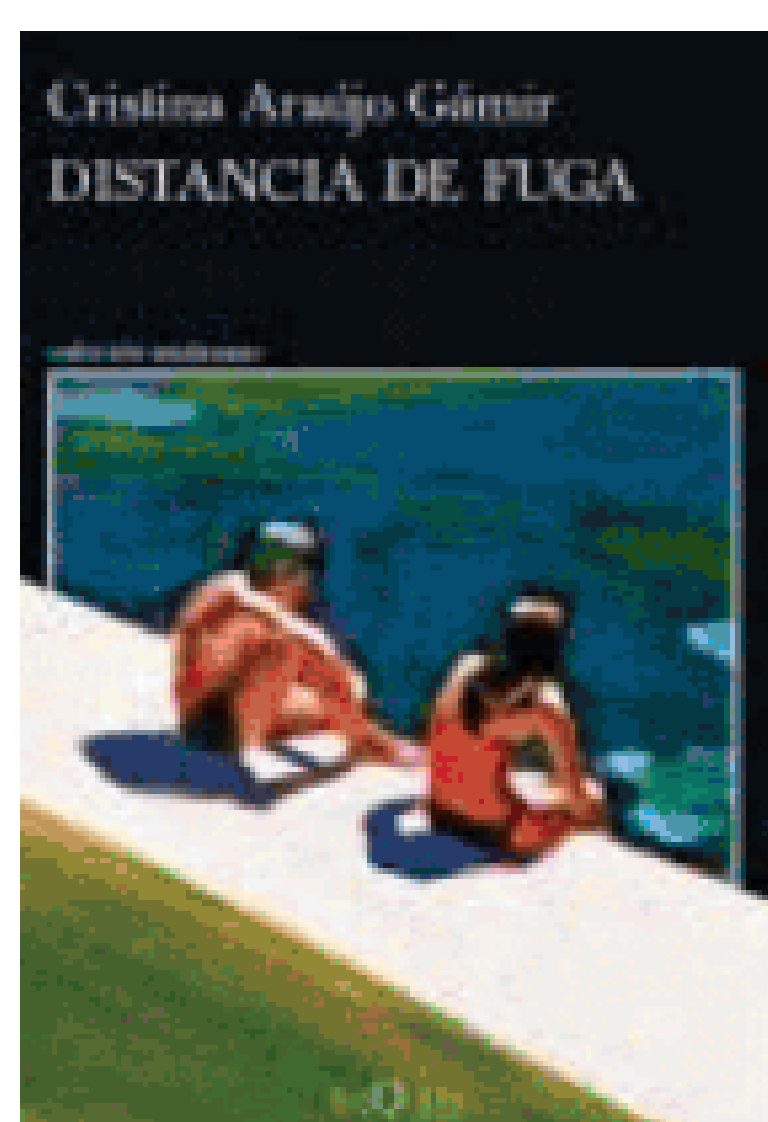
3



6



10



NUEVA NARRATIVA DE ESCRITORAS

1. Los nombres.

En su primera novela, la londinense Florence Knapp cuenta la historia de un niño bautizado por su madre en 1987 con un nombre en contra de la voluntad de su padre. Emotiva y muy entretenida.

2. Las jefas. Una comedia ácida con

personajes y situaciones sorprendentes, ambientada en un excéntrico resort de lujo en Alicante.

3. Oxígeno. La prosa contundente de Marta Jiménez Serrano (conocida por sus libros de relatos) narra en primera persona una terrible historia real.

4. Un poco de suerte. Jane Smiley, ganadora del Pulitzer, narra con estilo clásico la vida de una familia en una granja de Iowa, desde el fin de la Gran Guerra.

5. Mañana seguiré viva. Tras su luminoso debut en la novela (*Nada más ilusorio*), Marta Pérez-Carbonell cuenta la vida

de una actriz en su ocaso desde la suite de un hotel en Capri.

6. Casos reales. La autora de la exitosa *Un dios salvaje* hila varias historias reales de personajes maltratados por la justicia. Un libro muy lúcido y lleno de humanidad.

7. Distancia de fuga. Cristina Araujo ganó el Premio Tusquets por *Mira a esa chica* en 2022. En su nueva novela, cuenta los vaivenes de una historia de amor de dos jóvenes ambiciosos.

8. Las carniceras. Thriller adictivo que recuerda a la prosa afilada de Joyce Carol

Elogio de la crónica.

La argentina Leila Guerriero es la mejor periodista en español de la actualidad. Posee una visión certera y luminosa. Sus libros (*La llamada*, *Opus Gelber*, *Una historia sencilla*) son reconstrucciones magistrales de la realidad. *Frutos extraños* recopila, en una edición ampliada, sus mejores crónicas desde 2001 a 2019.

Oates, sobre tres mujeres carniceras que han sufrido la violencia de los hombres y deciden vengarse con sus armas.

9. Autobiografía de mis perros. Entre el libro de memorias y la ficción, Sandra Petrigiani rememora su vida a través de sus perros, testigos silenciosos de sus amores y desamores.

10. Albión. Una familia se reúne en la mansión inglesa del siglo XVIII que acaban de heredar, para decidir qué hacen con la propiedad.

—César Suárez.



FOTO: ANTÓN GOIRI

Leila Guerriero.



*Retrato de la esposa
de Hammershøi,
en una habitación
de su casa en
Strandgade.*

La poesía del espacio

Cuando el mundo empezaba a llenarse de prisas y de ruidos, hubo un pintor nacido en Copenhague en 1864 que pintó mayormente retratos e interiores en calma, que apenas se movió de su ciudad y que tuvo un cierto prestigio en vida, pero que no fue reconocido como un artista influyente hasta tiempo después de su muerte, en 1916. **Vilhelm Hammershøi** se especializó en captar el silencio de los espacios cotidianos en sus cuadros, en los instantes robados a la intimidad. Muchas de sus pinturas muestran habitaciones vacías o mujeres casi siempre de espaldas (la modelo era su esposa, hermana de un colega pintor) que, lejos de resultar indolentes, transmiten una emoción que sugiere una ambigua narrativa. No hay dramatismo ni gestos grandilocuentes, solo aparente sosiego y una paleta de colores apagados pero vibrantes. Ahora, el Thyssen-Bornemisza ofrece la visión más completa del pintor a través de casi cien obras que le relacionan con los maestros holandeses del XVII y marcan la inspiración de contemporáneos como Edward Hopper o la fotógrafa Candida Höfer,

—Del 17 de febrero al 31 de mayo en Museo Thyssen-Bornemisza de Madrid.

—César Suárez.

LA EXPERIENCIA SLOW EN EL DENTISTA QUE CONECTA SALUD Y BIENESTAR

Revisiones sin estrés, espacios que cuidan y un acompañamiento continuo: así es la Odontología Slow de Clínicas W que cada vez eligen más pacientes.

Las sonrisas no solo iluminan por fuera, también reflejan confianza y bienestar. Aun así, muchas personas no las han convertido en una prioridad, pese al impacto que tienen en la calidad de vida y en la forma de relacionarnos.

La salud bucodental sigue siendo una tarea pendiente. Según el Estudio de Salud Bucodental de Clínicas W, el 78% de los pacientes admite que podría mejorar sus hábitos de higiene oral. Y lo más preocupante: un 40% solo acude al dentista cuando siente molestias.

Frente a esta realidad, Clínicas W ha impulsado Odontología Slow, que redefine la experiencia en la consulta dental. “Queremos que el dentista deje de ser un lugar al que se va solo cuando hay un problema. Nuestro objetivo es que la visita se convierta en un hábito de bienestar, igual que cuidarse la piel o ir al fisioterapeuta”, explica el Dr. Francisco Lebreux, director de la Clínica W que dirige en Valdemoro (Madrid).



Una paciente recibe uno de los kits experienciales de Clínicas W.

LA SONRISA QUE LO CAMBIA TODO

Para sonreír con tranquilidad, es clave saber que la salud bucal está cuidada. Por eso, esta red de clínicas dentales -con más de 45 centros en toda España- ofrece el Plan W, un programa de prevención que incluye revisiones periódicas, seguimiento personalizado y un dentista de confianza durante todo el año.

“El Plan W nos permite acompañar al paciente antes, durante y después de cada tratamiento. Se siente escuchado, atendido y con una sensación de control que reduce muchísimo el miedo o el estrés asociado a la consulta dental”, afirma Lebreux.

CONEXIÓN CASA Y CLÍNICA

En Clínicas W la experiencia empieza antes de cruzar la puerta. Todo está diseñado para generar un ambiente cálido, cercano y sin presión. De hecho, aquí las salas de espera se

llaman salas de estar y ofrecen espacios que despiertan los cinco sentidos.

El cuidado continúa en casa con VIA, su asistente virtual, que ayuda con recordatorios y dudas. Un enfoque que fomenta la constancia, previene problemas y crea relaciones de confianza.

Porque no se trata solo de sonreír más, sino de sonreír mejor. **T**



El Dr. Francisco Lebreux atiende a una paciente en una primera visita.



Encuentra tu
Clínica W
más cercana.





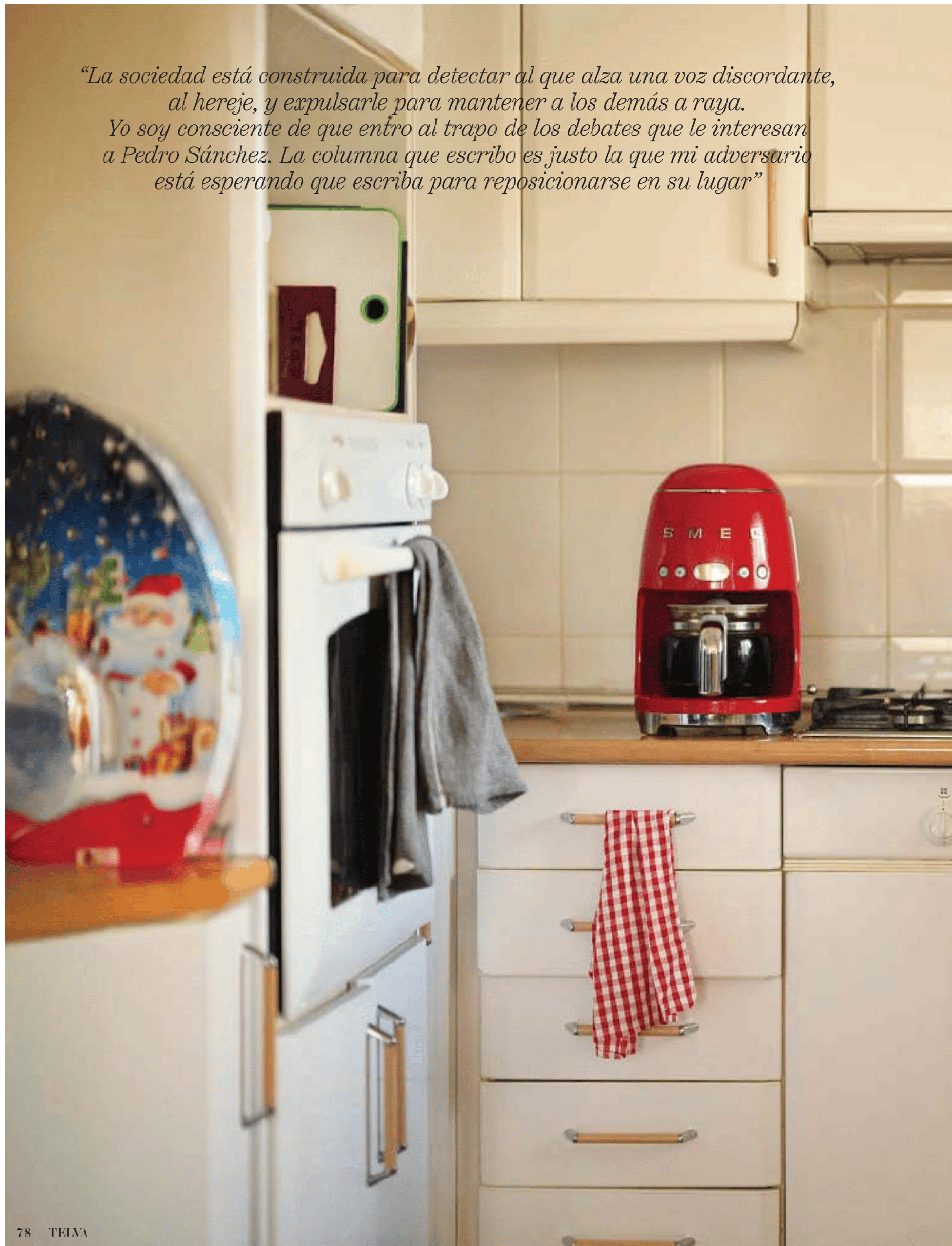
HAY UN ELEFANTE ROSA EN LA SALA

Al escritor JUAN SOTO IVARS le distingue su afán por romper tabúes.

No le intimida señalar el elefante que se ha colado en la habitación, ni denunciar que el emperador va desnudo. En su controvertido *Esto no existe*, enciende la polémica sobre el mal uso de la ley contra la Violencia de Género.

—César Suárez. Foto: Antón Goiri.

*“La sociedad está construida para detectar al que alza una voz discordante,
al hereje, y expulsarle para mantener a los demás a raya.
Yo soy consciente de que entro al trapo de los debates que le interesan
a Pedro Sánchez. La columna que escribo es justo la que mi adversario
está esperando que escriba para reposicionarse en su lugar”*





El escritor Juan Soto Ivars,
en la cocina de su casa.

Juan Soto Ivars es de Águilas (Murcia), pasó su adolescencia en Tánger, ha cumplido cuarenta años y afirma que, desde niño, le gusta tocar las narices.

Llegó a Madrid con dieciocho años y la ilusión de convertirse en novelista. Su modelo de escritor era (y es) el noruego Knut Hamsun, pionero de la literatura moderna antes que Kafka. Se disfrazaba de Umbral porque “quería ser viejo antes de tiempo”. La dificultad de ganarse la vida con la literatura le llevó a escribir artículos, publicar ensayos, y a participar en debates con una voz tan discordante como argumentada. Ha escrito en varios medios y, desde hace años, es una de las firmas más conocidas de *El Confidencial*. Colabora en programas de radio (*Julia en la Onda*, con Julia Otero) y televisión (*Espejo público*, con Susanna Griso; *Cuarto Milenio*). Hace unos meses abrió su propio canal en YouTube, donde comenta temas de actualidad mientras fuma y bebe (no siempre) una lata de cerveza. Tiene más de ciento treinta mil suscriptores y cientos de comentarios en cada vídeo que sube. Le irrita especialmente el tabú, el lugar común y la docilidad ante lo políticamente correcto. Podría decirse que Soto Ivars es el hombre (polémico) del momento.

Desde que se publicó su libro *Esto no existe. Las denuncias falsas en violencia de género*, a finales de noviembre, le hemos visto repetir en entrevistas de variados formatos que él jamás ha negado que la violencia contra las mujeres sea una lacra social inadmisibile, que se deben emplear todos los recursos necesarios para eliminar esta barbaridad, y que la ley que se puso en marcha en 2004 para proteger a las víctimas es fundamental, aunque contiene fallos graves que han pervertido su sentido y por lo tanto es urgente revisarla. Al mismo tiempo, desde algunos sectores del feminismo radical se ha llamado a cancelar al es-

critor, a boicotear sus actos públicos, y a retirar el libro de las librerías. Sirva esto como antesala de un tenso debate en el que Soto Ivars denuncia a lo largo de 445 páginas, y casi las mismas notas, que “el ambicioso mecanismo de la ley contra la violencia de género de 2004, provisto de ayudas directas e indirectas, recursos judiciales y concienciación social para proteger a unas víctimas ciertamente desprotegidas, ha producido otras víctimas igual de desamparadas”. Se refiere a los hombres que son objeto de denuncias falsas o instrumentales por violencia de género, y por extensión a sus parejas actuales, sus madres y sus hijos.

Según Soto Ivars, “la sociedad española había iniciado una agresiva quimioterapia contra el cáncer del maltrato a las mujeres, pero, veinte años más tarde, el cáncer sigue ahí y los efectos secundarios del fármaco han dejado ver unos estragos que las autoridades niegan”.

Los datos del Consejo General del Poder Judicial (CGPJ) dicen que hubo 199.094 denuncias registradas en 2024, siendo esta la mayor cifra desde que se tienen registros. Al mismo tiempo, según los datos oficiales, sólo el 0,001 por ciento de las denuncias por violencia de género son falsas.

Si la ley contra la Violencia de Género, que fue aprobada por unanimidad, es tan defectuosa, ¿por qué nadie lo había denunciado antes?

Porque nadie se había atrevido a abrir ese melón. Por el miedo a que, quien lo hiciera, fuera acusado de negacionista o de estar a favor de los

maltratadores, que es lo que me dicen a mí. Lo que ocurre con quien habla en contra de esta ley es que se ha establecido un falso dilema. Como si hubiera que elegir entre la seguridad de las mujeres en situación de maltrato y la de los hombres inocentes que pueden verse entrampados en un mecanismo judicial abominable. Es absolutamente indiscutible que debemos proteger a las mujeres que están en situación de maltrato y conseguir

“Pablo Iglesias en su libro dijo que yo era un fascista peligrosísimo. Según su razonamiento, ¿son fascistas Pablo Motos, Ana Rosa Quintana, Rosalía...? Tenemos un activismo vociferante que no es consciente del ridículo que hace”

que denuncien, dándoles todos los recursos que sean necesarios para que salgan de ahí. Pero de la misma manera que esto es cierto, lo es también que muchos hombres inocentes están siendo víctimas del uso perverso de esta ley. Lo dijo una de las madres de la ley: “Tuvimos que elegir entre la presunción de inocencia y salvar vidas, y hemos elegido lo segundo”.

Pero esta ley es pionera en Europa.

Creíamos que era pionera, pero en realidad es una anomalía. Ningún país tiene una ley que opte por una discriminación de género como esta. No es vanguardia, es injusticia. ¿O es que pensamos que en Francia, en Italia o en Noruega, el maltrato a la mujer no preocupa? Este es un problema que concierne a todas las sociedades occidentales, pero ningún país había establecido un derecho penal de autor, en el que se pena, no por el acto, sino por el género. Esto es lo que dice la ley en España. Antes de su aprobación y en los primeros años de su puesta en marcha, mujeres progresistas advirtieron de los fallos de la ley. La jueza Manuela Carmena escribió un artículo en contra y acto seguido no se le volvió a oír hablar del tema. María Sanahuja, jueza feminista, alertó de que las demandas por maltrato se habían multiplicado en casos de divorcio. Dijo: “Tengo la sensación de que algunas personas usan la fase de instrucción para tener mejor situación en la separación, y se está haciendo un abuso de las denuncias en los juzgados”. Por esta declaración, las asociaciones feministas se le echaron encima, hasta que la hicieron pedazos.

¿Qué aspecto de la ley reformarías con urgencia?

Primero, la asimetría penal. Es decir, las diferencias en el tratamiento jurídico

según el género del agresor y la víctima. Otra cuestión es que debemos romper la creencia de que cuando se habla de una mujer que denuncia un maltrato es una persona que sufre violencia física o psicológica por parte de su pareja o ex pareja. No, estos casos son una parte menor de las denuncias que pasan por los juzgados. Hay muchas parejas tóxicas que no se soportan, o divorcios mal llevados donde entran la venganza, el chantaje..., y aquí no debería intervenir esta ley, porque no es maltrato. La ley considera que toda mujer es una niña eterna y todo hombre es un maltratador en potencia, y a mí me parece que eso atenta contra el Estado de Derecho. Con este doble rasero, es difícil discernir cuándo hay verdadero maltrato. Las medidas cautelares están muy bien para la maltratada, pero se debería hacer un esfuerzo para saber si se protege realmente a una víctima de maltrato. El problema de la violencia de género existe y tenemos que erradicarlo entre todos con honestidad y medidas audaces.

Has dicho que siempre te habías considerado de izquierdas hasta que empezaste a interesarte por la verdad. ¿Es una frase efectista o es sincera?

Es una manera de decir que las ideologías están sostenidas sobre simplificaciones y mentiras comunes. Estamos aquí para cuestionarnos todo. Y es en ese punto donde me incomoda la izquierda, porque yo vengo de ahí. Tampoco significa que me arroje en brazos del pensamiento conservador o del liberalismo económico. Veo fallos en todas las posturas. Son sesgos contra los que cada uno deberíamos luchar. Yo intento luchar contra los míos. Intento localizar mis problemas de comprensión, mis puntos ciegos, analizarlos, pero fuera de marcos ideológicos. Cuando vivía en Cataluña, veía claramente cada día estos sesgos de ideología, y ahora con Pedro Sánchez, también. Mucha gente comulga con ruedas de molino. Lo que hago es mantenerme al margen y atacar esos lugares comunes. No tengo ninguna duda de que, cuando gobierne la derecha, me ocurrirá lo mismo con ellos, y me cambiarán la etiqueta. Como individuos, tenemos la capacidad de pensar complejamente, algo que la masa no puede hacer. Confío en que la verdad sirve para mejorar las cosas y no para empeorarlas. No se hace daño diciendo la verdad, sino callando.

¿Cuáles serían esos sesgos particulares que mencionas?

Tengo muchos. Por ejemplo, cuando empecé a investigar las denuncias falsas, pensaba que esto era solo un problema masculino. Luego me di cuenta de que estaba cayendo en el mismo lugar común que propone la ideología que yo trataba de desmontar, que es la del enfrentamiento entre hombres y mujeres, mujeres contra hombres. La narrativa de género pretende hacernos creer que esta ley obedece a una lucha entre sexos. Yo hablo de una medida que afecta a personas concretas perjudicadas por la ley.

¿Por qué hoy en día no hay debate sin radicalización?

Porque los mecanismos tribales del tabú están plenamente vigentes. Este tema lo desarrollé en mi libro *La casa del ahorcado: Cómo el tabú asfixia la democracia occidental*. Lo estudié, y lo tengo muy claro. Basta que a la clase política le interesa alimentar el enfrentamiento para que todos entremos al trapo. Es algo que no podemos evitar como especie. Estamos hechos para refugiarnos en el grupo, y eso es lo que nos ha permitido sobrevivir. Llevamos ese mecanismo de adhesión en el ADN. Tanto los políticos como los medios de comunicación están muy interesados en alimentar esa polarización que tanto se menciona, que se resume en: “No lea usted a la competencia, no escuche al otro”. La sociedad está construida para detectar al que alza una voz disonante, al hereje, y expulsarle para mantener a los demás a

raya. Yo mismo soy consciente de que entro al trapo de los debates que le interesan a Pedro Sánchez. Todos, como seres sociales, vamos mordiendo anzuelos. Esto es algo menos grave si al menos lo asumes. Muchas veces la columna que voy a escribir es justo la que mi adversario está esperando que escriba para reposicionarse en su lugar. Es muy difícil salir de ahí. Estamos hechos para el tribalismo. Somos belicosos.

A ti te llaman fascista.

Si es que me da lo mismo. Es un calificativo tan usado que ya no tiene ni efecto, ni mérito. Pablo Iglesias, en su libro, dijo que yo era un fascista peligrosísimo. Son tontos. Según su razonamiento, Ana Rosa Quintana, Pablo Motos, el del Canto del Loco, el del anuncio de Campofrío, hasta Rosalía..., ¿son fascistas? Tenemos un activismo deslenguado y vociferante que no se da cuenta del ridículo que hace. ¿Cómo es posible que en el parlamento de Andalucía debatan si permiten que mi libro se presente en una biblioteca pública? ¿No ven que los que tienen un comportamiento fascista son ellos? Viven en una burbuja.

En tu canal de YouTube fumas y bebes cerveza mientras comentas asuntos de actualidad. Calificas con insultos, como si estuvieras en la barra de un bar. ¿Te preocupa ser políticamente correcto?

Claro que no. La corrección política es la asunción de las mentiras del poder. Creo que es irresponsable dedicarte a la comunicación y mantenerte dentro de los límites de lo políticamente correcto. Eso significa que estás vendido. Asumes que lo único que haces es alimentar un debate cerrado, y a mí lo que me interesa es abrir los debates. Hay consensos agresivos que a los políticos no les interesa que los ciudadanos discutan, y debemos desmontarlos. ¿Qué clase de acuerdo político es ese en el que miles de personas tienen un problema grave y no se puede hablar de ello? Es una tiranía que solo se rompe cuando alguien levanta la voz, los demás ven que se puede hacer, y le siguen. A mí toda esta polémica me ha creado mis momentos de ansiedad, pero no pasa nada, hay que hacerlo. **T**

*“Nadie se había atrevido a cuestionar
la ley contra la Violencia
de Género por miedo a ser acusado
de negacionista, o de estar a favor
de los maltratadores, que es justo
lo que me dicen a mí”*

moda

Cazadora de raso
con lazada, Palomo
Spain. Sombrero
negro, Pardo Hats.

BIENVENIDAS TENDENCIAS

DIOR

Traje de chaqueta
compuesto por
minichaqueta "Bar"
y minifalda plisada.

Todo, Dior. Mules
bicolor, Loro Piana.

¿Cómo es visitar
la famosa chaqueta *Bar*
de Dior por Jonathan
Anderson? ¿Qué es
de Celine en manos
de Michael Rider?
¿Cómo trabaja Matthieu
Blazy el icónico tweed
de Chanel? Esta
PRIMAVERA/VERANO
la tendencia es el debut
de los nuevos creativos.

TELVA plasma un
momento histórico para
la moda fotografiando
los looks favoritos de
las marcas que rigen
el *prêt-à-porter* del lujo.

—Realiza: Alicia Chapa.
Fotos: Javier Biosca.





CELINE

Minivestido azul marino
asimétrico con capita,
Celine.



PRADA

Minivestido verde pálido
con pedrería, sobre falda
abullonada de seda y
guantes largos de raso.
Todo, Prada.

MAX MARA

Traje de chaqueta con bermuda, Max Mara.

Mules de ante rojo, Aquazzura y collar de oro blanco con brillantes, Damiani.





LOUIS VUITTON

Mini vestido de
lentejuelas bordado,
Louis Vuitton y
earcuff dorado, Tous.



PALOMO SPAIN

Cazadora de raso con
lazada, *shorts* a juego y fajín
con bordado en pedrería.

Todo, Palomo Spain.

Sombrero, Pardo Hats.



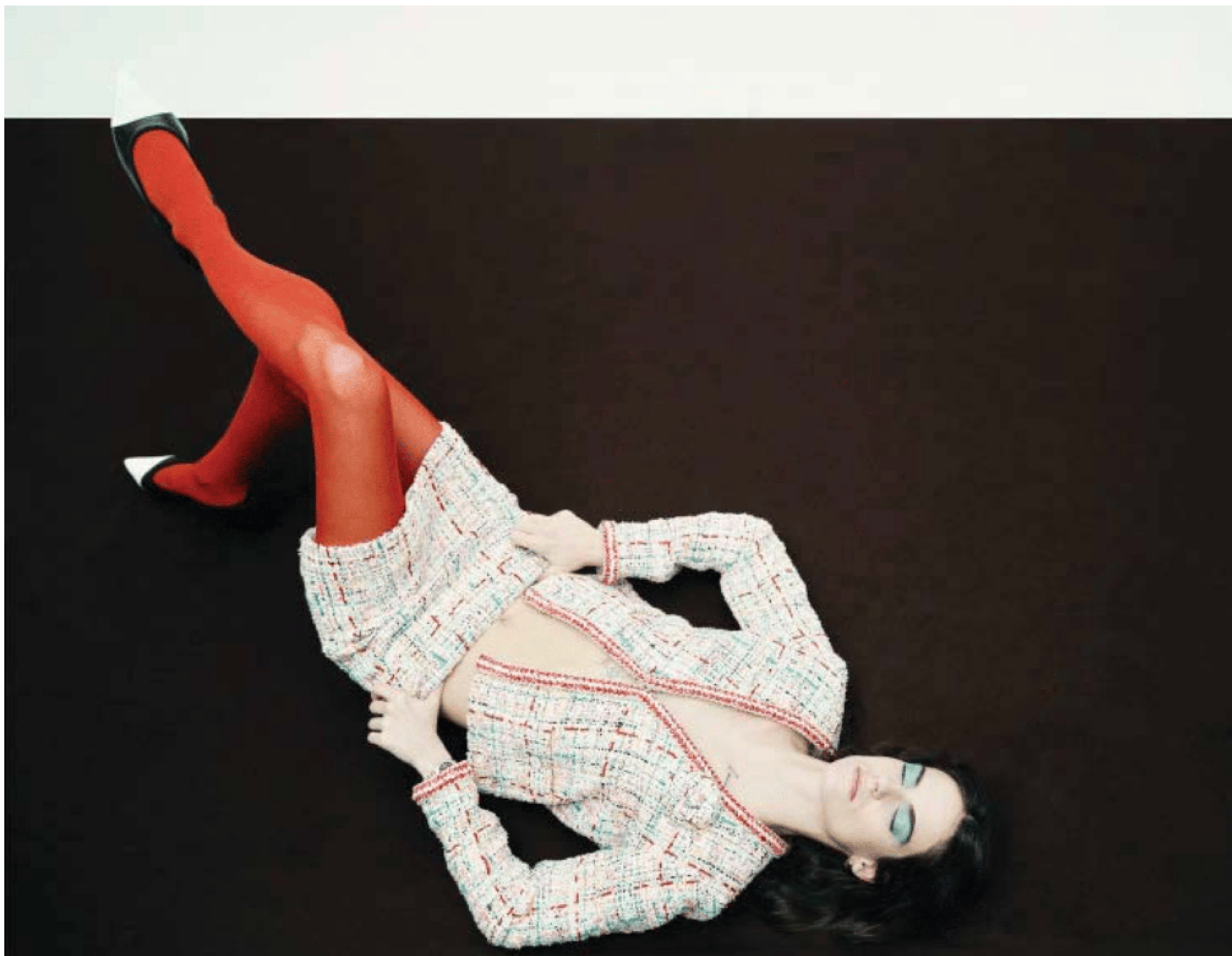
RABANNE

Minivestido de popelín
de rayas y mini
de placas metalizadas
y cadena dorada.
Todo, Rabanne.



AQUAZZURA

Medias rojas, Falke y
mules rojos de ante,
Aquazzura.



CHANEL

Traje de tweed con minifalda, bailarinas bicolor y pendientes. Todo, Chanel. Medias rojas, Falke y reloj modelo "Datejust 31", Rolex.

ISABEL MARANT

Cazadora de piel
con detalles folk,
pantalón de ante, T-
Shirt de canalé y
pendientes étnicos.
Todo, Isabel Marant.



LORO PIANA

Pantalón con
flecós, jersey,
sombbrero y mules.
Todo, Loro Piana.



HERMÈS

Cazadora acolchada
negra con rayas azul
Klein sobre top de cuero
negro, Hermès.



LOEWE

Cazadora de ante crop, y falda de cuentas azulonas
haciendo flecos y mules negras. Todo, Loewe.



FENDI

Vestido de gasa
estampada y bolso
modelo *Baguette*.

Todo, Fendi.
Casquete negro,
Mimoki y pulseras
doradas, Tous.

GIORGIO ARMANI

Chaqueta de seda azul marino, pantalones plisados y maxi bandolera con flecos. Todo, Giorgio Armani. Pendientes largos de oro, ónix y brillantes, y sortijas de oro blanco y brillantes. Todo, Roberto Coin.



*Modelo: Miriam Sánchez
(Traffic Models).
Maquillaje y peluquería: Jose
Belmonte (COOL) para Nars
y Manu Fernández (COOL)
para Moroccanoil.
Ayudante de estilismo: Inés Esnal.*

moda

trench versión 2026

Adiós a la lectura literal de aquel abrigo de trinchera que Thomas Burberry diseñó para los oficiales británicos en la I Guerra Mundial. El trench 2026 libera proporciones, adopta nuevos largos o plantea materiales como el cuero o la organza para convertirlo en el *hype* de temporada.

—Realiza: Raquel Mejías. Fotos: Pepe Herreros .

Abrigo de cuadros,
camiseta marrón con
logotipo sobre camisa
azul de algodón,
todo Loewe.

En la otra página,
gabardina, Marciano
by Guess, sobre top
blanco y pantalón
negro,
todo Guess
Activewear. Zapatos
de boxeo 'Mexico 66',
Onitsuka Tiger.







Gabardina de lana
y algodón, bufanda
'Opéra' en tafeta
de seda, todo Celine.

En la otra página,
gabardina de napa larga
con cantos lujados,
bolsillos laterales con
cierre de cinturón de napa,
sobre chaqueta de piel,
todo Simorra.



Gabardina burdeos de algodón, Tommy Hilfiger, sobre camisa oversize 'Kent' de algodón, The Frankie Shop. Bailarinas 'Speedcat' de ante negras, Puma.

En la otra página, abrigo corto de piel sobre camisa de popelín estilo gabardina, todo Prada.





Abrigo estilo gabardina de ante en tono azul cielo, Sportmax, sobre americana y falda midi de algodón, polo de punto color marfil y zapatos de tacón trenzados, todo Fendi. Bolso 'Soft Bag' en piel de napa con tono mascarpone, Ferragamo.

En la otra página, gabardina de algodón, top estilo cropped con logotipo, y pantalón largo con estampado floral sobre pantalón corto de rayas, todo Dolce & Gabbana.





Gabardina negra,
El Corte Inglés. Capa de
punto asimétrica, Adolfo
Domínguez sobre camisa
y pantalón de cuadros,
Stella Rittwagen. Zapatos
de piel, Hereu.

En la otra página,
gabardina de algodón,
Masscob, sobre jersey de
maxi pata de gallo y bolso
'Tote' con motivos florales
y logotipo, todo Dior.





Trench de organza en color marfil y blusa con lazada también de organza de color rosa pálido, todo Herno.

En la otra página, abrigo con cinturón y falda, ambos de algodón en tono marfil, todo Calcaterra.



Maquillaje: Manu Fernández (COOL) para Shiseido. Peluquería: Manu Fernández (COOL) para Maria Nila. Modelo: Rosa Franjic (Next Management).

El interiorista Lorenzo Castillo y Macarena Rey, productora ejecutiva de Shine Ibérica (Banijay Iberia), en el estudio de Castillo, en Madrid. Ella lleva top y falda de Mon&Pau y zapatos de Magrit.

GURÚS DECO



La buena decoración pisa tierra, se democratiza y se expone en RTVE gracias al nuevo *talent show* DecoMasters y un grupo de famosos que, en pareja, compiten por ganarse el favor de los jueces, entre los que se encuentra el interiorista LORENZO CASTILLO. En la retaguardia, la CEO de Shine Ibérica, MACARENA REY, ha sido una de las ideólogas de este concurso, inédito hasta ahora. Ellos nos cuentan jugosos secretos del rodaje.

—Isabela Muñoz Ozores. Fotos: James Rajotte. Realiza: Raquel Mejías.



Lorenzo en otro rincón de su estudio, vestido con su propia ropa.



Macarena Rey lleva camisa
y falda de Mon&Pau,
y mules de Aquazzura.

E

l indio Shakuntala Devi era famoso por calcular raíces cúbicas y hacer multiplicaciones a una velocidad superior a la de una computadora, pero por mucho que se empeñara este hombre, sería incapaz de acertar el número de espectadores que han aprendido, se han divertido,

han criticado y han disfrutado de los programas de la factoría Shine Ibérica (Banijay Iberia). La productora-distribuidora de la que es CEO Macarena Rey, y que en colaboración con RTVE estrena ahora DecoMasters.

Desde su nicho prodigioso, Lorenzo Castillo, que forma parte del jurado de DecoMasters, genera pequeños paraísos dirigidos a un mundo elitista. Sus escenarios están diseñados para sentir felicidad y él, uno de nuestros decoradores más respetados dentro y fuera de España, vive un perenne estado de alerta a la caza de atmósferas y piezas bellas, únicas y reservadas a un pequeño núcleo de poderosos. Además de sus respectivos (y fundamentales) papeles en el recién estrenado *talent show*, Macarena y Lorenzo son amigos íntimos desde los 18 años, cómplices y confidentes y se nota: se ríen de las mismas cosas y lo contagian. “Lorenzo fue la primera persona en la que pensé para ser jurado -cuenta Macarena-. Hemos pasado dos meses adheridos durante la grabación del programa y terminamos echándonos de menos”.

“Intentamos enseñar cosas prácticas como que para que los techos parezcan más altos tienen que pintarse de oscuro, o también que si tienes un cuarto pequeño, los muebles grandes dan sensación de amplitud”

(Lorenzo Castillo)

“El programa habla de democratizar la decoración. Igual que hicimos con MasterChef y la alta cocina: la democratizamos tanto que hay niños que piden celebrar su Primera Comunión en un estrella Michelin”

(Macarena Rey)

No han estado solos, naturalmente. Aparte de la periodista especializada en decoración Marta Rioperez, que ha compartido con Lorenzo las labores de jurado, y de los distintos invitados especiales de cada programa, se puede decir que cada grabación ha tenido algo de movilización Real. Sí, de reyes. De monarcas de la antigüedad, claro. Porque si tiene una particularidad DecoMasters es que no se ha grabado en plató, sino que cada semana una tropa de cientos de personas (concurssantes, operarios, jurado, diferentes técnicos de producción...) aterrizaba en un determinado destino, siempre acompañados de una carpa descomunal repleta de muebles y demás piezas decorativas que los concursantes empleaban en los distintos espacios a transformar: desde un salón a un chiringuito de playa.

¿En qué consiste el programa? En cada entrega, las celebrities distribuidas por parejas, tienen que hacer primero una prueba de habilidad. Así, desde Isa Pantoja y su marido Asraf Beno, hasta Samantha Vallejo-Nágera y su hermano Colate (por poner un ejemplo) se han sometido al ejercicio de tapizar, empapelar o instalar molduras para demostrar su pericia. Las parejas vencedoras abanderan dos equipos que tienen que decorar el espacio designado. Finalmente, los componentes del equipo perdedor terminan el show decorando otro espacio: “Es divertido porque vas viendo la evolución de la obra -comenta Macarena-. Me ha obsesionado no revelar el espacio hasta el final, sólo damos planos cortos, lo que te genera expectación y tiene algo de adictivo”.

El programa arranca con una frase: “Todos creemos que llevamos un decorador dentro”.

Lorenzo: Muchos concursantes lo pensaban antes de empezar, pero desgraciadamente no es así. La labor de Marta Rioperez y la mía, ha huido de críticas sobre si nos gusta o no, o de guiarles para corregir sus errores. Sobre todo, hemos hecho sugerencias para que pensasen soluciones si algo no estaba bien hecho, pero sin dárselas nosotros.

Macarena: Desde el programa hablamos de democratizar la decoración y bajarla a la tierra. Igual que hicimos con MasterChef y la alta cocina: la democratizamos tanto que hay niños que piden celebrar su Primera Comunión en un restaurante con estrella Michelin. Aquí se pretende lo mismo, que los espectadores den valor al entorno donde viven.

Los concursantes proceden de entornos absolutamente distintos con resultados también muy diferentes. ¿Cómo se mantiene la objetividad al analizar sus trabajos, cómo se elimina el me gusta/no me gusta?

Lorenzo: Al ejercer de juez te basas en aspectos tangibles, objetivos y demostrables. El único conflicto que hemos

GUSTOS Y DISGUSTOS

OBJETOS/DETALLES DE DECORACIÓN QUE TE TRANSMITEN FELICIDAD

Unas paredes cubiertas con papel pintado.

MACARENA



EN TU CASA NUNCA PONDRÍAS

Nada de plástico. Aparte, mi marido me echaría de casa.

MACARENA

Algo hecho con materiales sintéticos y un objeto que pretende ser lo que no es. Odio las imitaciones.

LORENZO



El arte, cualquier cuadro de mi colección.

LORENZO

EL ESPACIO MÁS FEO QUE

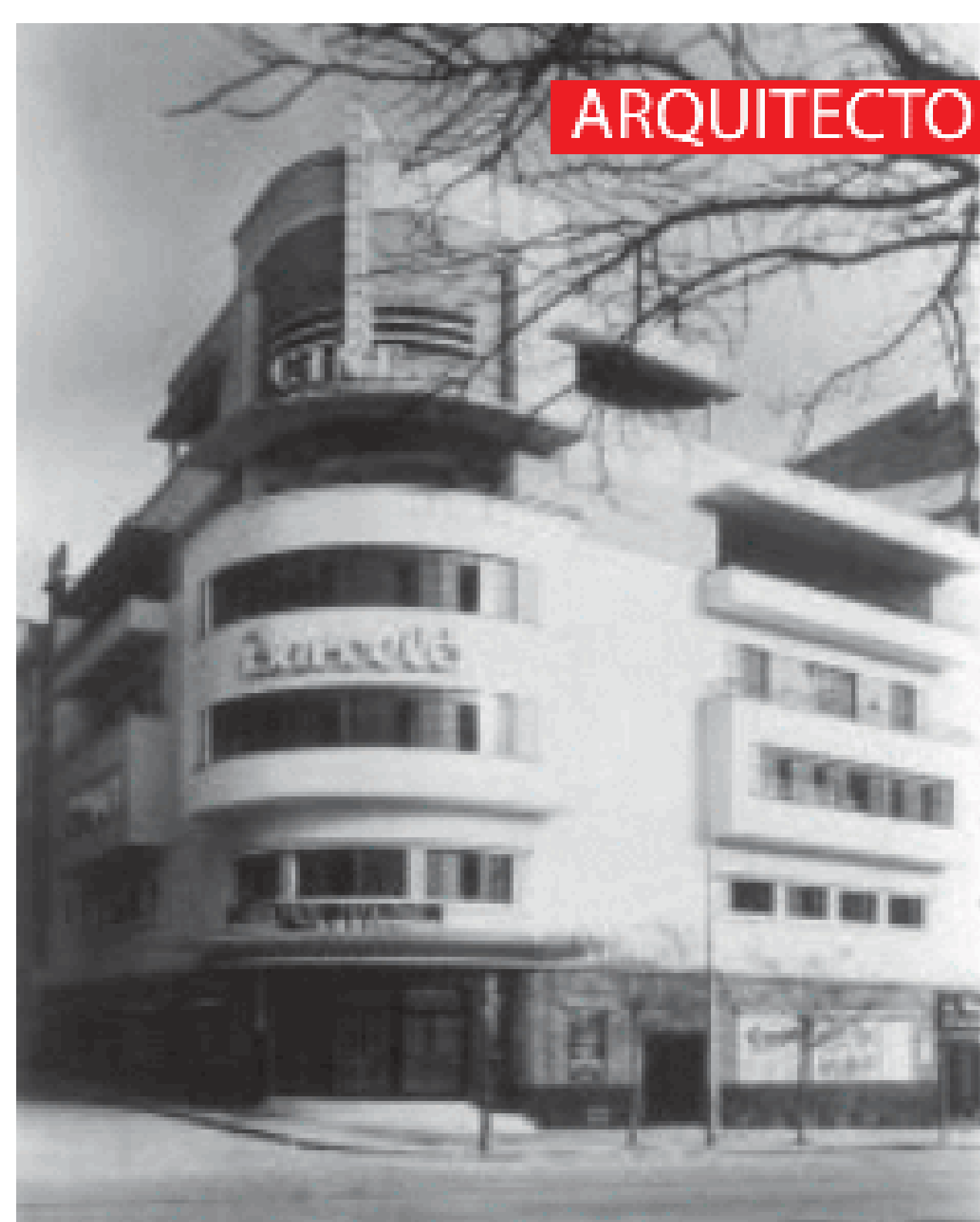
HABÉIS VISTO EN VUESTRA VIDA

¡Hay tantos! Yo trabajo en un sector de espacios feos.

MACARENA

Yo prefiero quedarme con lo bonito.

LORENZO



ARQUITECTO DE CABECERA



Luis Gutiérrez Soto.

LORENZO

Mario Connio.

MACARENA

JAMÁS PINTARÍA MI CASA DE COLOR

Morado, aunque estaba muy de moda en los años 50.

LORENZO

Yo aborrezco el morado y el amarillo, aunque el primero me gusta para vestir.

MACARENA



LIBRO DECO FAVORITO

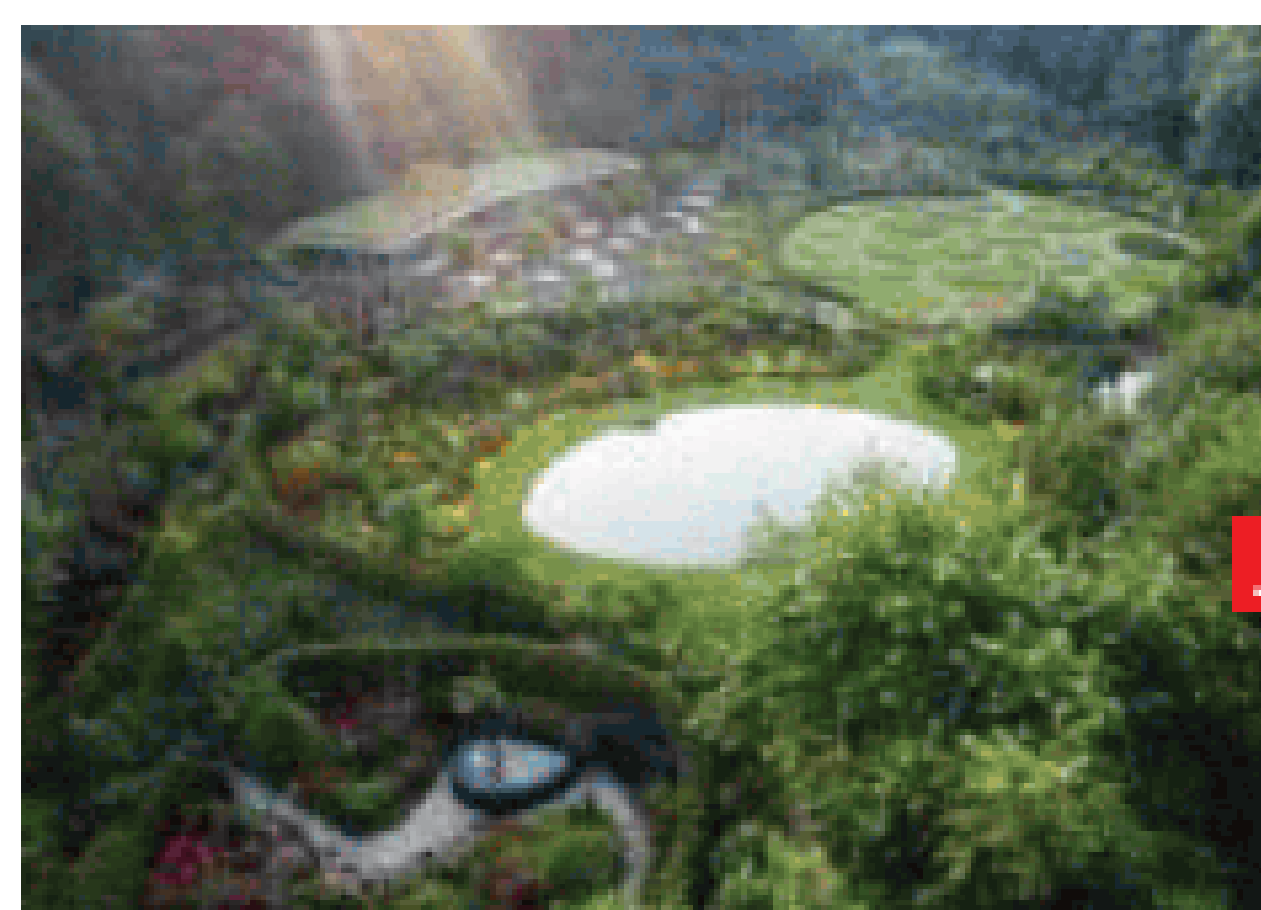


El de Jaime Parladé (Ed. El Viso).

MACARENA

El que estoy preparando para publicar en primavera, con fotos de Manolo Yllera.

LORENZO



JARDÍN PARA PASEAR

LUR Garden, en Oyarzun (Guipúzcoa). Es el jardín de jardines de Íñigo Seguro.

MACARENA



Mi jardín en La Rectoría de Peruyes (Asturias).

LORENZO

tenido con algún concursante es que malentendían el veredicto y te decían: “A ti no te gusta, pero a mí sí”. A lo que yo tenía que responder: “Sí me gusta pero está mal hecho”. Debes argumentar aspectos reales y dejarles mudos.

Macarena: Es muy didáctico. Había momentos en que Lorenzo empleaba un vocabulario que no entendíamos y que tenía que explicar o incluso teníamos que rotularlo con subtítulos que traducían la palabra del francés o el inglés.

Lorenzo: Es que hay términos que no utilizo en España, ¡trabajamos tanto fuera! Pero sí intentamos enseñar cosas prácticas y sencillas como que para que los techos parezcan más altos tienen que pintarse de oscuro, en contra de la creencia generalizada de que deben pintarse de blanco. O que los colores oscuros agrandan los espacios; también que si tienes un cuarto de pequeñas di-

es que son muy competitivos y muy responsables. No quieren que les expulsen. En cuanto cerramos el casting, se pusieron a entrenar.

¿Cuál ha sido el punto débil generalizado entre los participantes?

Macarena: La elección de los colores, iban a lo fácil: beige y blancos. El uso del color es complicado, pero han terminado haciendo ellos las mezclas, logrando tonalidades mediante mezcla de pigmentos. La evolución ha sido increíble.

Lorenzo: También les ha costado trabajar con los textiles, mezclar estampados. Habríamos necesitado dos o tres programas más para mejorarlo.

Los jueces de MasterChef tienen fama hasta de crueles...

Lorenzo, ¿has sufrido mucho durante las eliminaciones?

Lorenzo: Bueno, hay algunos a los que estás deseando echarles. Lo cierto es que lloré al final del primer pro-

“Hay diferencia entre las parejas de hermanos o los que tienen una relación sentimental, acostumbrados a convivir, frente a las de amigos. Algunos han terminado peleándose” (Macarena Rey)

mensiones, los muebles de mayor tamaño dan sensación de amplitud. Una de las muletillas de Karl Lagerfeld era: “Espacio pequeño, mueble grande”.

Macarena: Es bonita la idea de consejos que dan Lorenzo y Marta mirando a cámara sobre el uso del color, la luz, los textiles, la distribución del espacio. Hemos insistido mucho en enseñar a gente que no sabe nada o que cree que sabe y está haciendo mal las cosas. Basta con ver cómo los jueces o el invitado mueven los muebles para que el espacio se transforme completamente.

En cada programa y en cada prueba trabajan para un cliente real que indica lo que desee en cuestión de colorido, materiales... el concursante no sólo tiene que hacer un *moodboard* de intenciones, sino también atenerse a un presupuesto. Si se pasa... pierde.

En el casting hay una enorme disparidad: frente a la pareja formada por María Zurita y Antonia Dell’Atte compiten Mar Flores y su hijo mayor Carlo Constanzia o los Geme-liers. Visto desde fuera da la sensación de que algunos juegan con ventaja...

Lorenzo: Sí, provienen de educaciones y orígenes diferentes, y esa es la gracia. Nos han sorprendido los más inesperados y nos han decepcionado los que pensábamos que llegaban más aventajados.

Macarena: Las *celebrities* tienen una cosa muy buena y

grama, pero luego ya no. Es que les coges mucho cariño: Estás 8 ó 10 horas al día con ellos, 4 días a la semana y te da pena eliminarles porque han trabajado mucho. Al final fue todo más complicado porque lo que contaban eran los pequeños detalles de los acabados, que eran los que marcaban la diferencia. Los espacios en sí eran bonitos.

Macarena: Lorenzo es bastante sentimental y ha llorado prácticamente cada programa. Se emocionaba todo el rato.

¿Ha habido crisis de pareja entre los participantes?

Macarena: Hay diferencia entre los que son hermanos o tienen una relación sentimental, que están acostumbrados a estar juntos, con los que son amigos. Tantas horas de convivencia les generaban roces que afectaban directamente a la decoración. Algunos han terminado hasta peleándose entre ellos.

Lorenzo: No te imaginas la relación que hay entre la armonía de las parejas y el éxito de los proyectos.

Macarena: La diferencia es el éxito de un casting, la variedad en los gustos y la necesidad de consensuar. Siempre alguien debe ser generoso y ceder frente a otros más mandones.

Lorenzo: En los grupos salía de todo. La decoración es el hilo conductor, pero después de pasar horas y horas

juntos, en un mismo espacio, terminan contando su vida y sus problemas.

La decoración es lo básico pero el programa también reflejará la cultura general de las parejas participantes.

Lorenzo: El interiorista Jaime Parladé decía siempre una gran frase: “Sobre gustos está todo escrito pero tú has leído poco”. Y así es. En el fondo, la decoración tiene mucho que ver con la educación, la cultura, lo que has visto.

Macarena: Eso es común a todos los *talent shows*: en Maestros de la costura, uno del jurado le decía a un concursante que tenía que leer más revistas, ver las tendencias... le recomendaba: “No puedes dar vueltas todo el rato alrededor de lo mismo”. Pepe, en MasterChef, siempre dice que es imposible hacer un plato si no has conocido muchas cocinas, muchos productos. ¿Cómo vas a preparar una buena langosta si nunca la has probado?

¿Ha sido el programa pedagógico también para vosotros?

Macarena: Como si hubieran pasado por ahí los Reyes Magos. Fue algo importante para mí a la hora de diseñarlo: alejarnos de plató siempre porque todo lo que se hace es de verdad y lo ves en las reacciones de los dueños cuando entran en el espacio. Hay gritos, lloros. Las reacciones a las obras de la terraza fueron increíbles.

Lorenzo: Yo creo que el momento más emocionante fue al entregar las casas afectadas por la Dana. Había dos niñas que sólo repetían: “¡No las habéis pintado de blanco, las habéis empapelado!”.

España es un número uno internacional en artesanía ¿Se ha tenido en cuenta?

Lorenzo: Sí, uno de los invitados ha sido el interiorista y experto Tomás Alía.

Macarena: Ambientamos los halls de un hotel y puso mucha cerámica y objetos de mimbre. Cada prueba tiene un invitado diferente: diseñador de interiores, em-

“Sobre gustos está todo escrito pero tú has leído poco”, decía Jaime Parladé. En el fondo, la decoración tiene mucho que ver con la educación del ojo y la cultura general” (Lorenzo Castillo)

Lorenzo: Yo he aprendido mucho de psicología. De decoración no tanto.

Macarena: También has aprendido el uso de objetos asequibles. Estás acostumbrado a materiales y muebles top y aquí hacemos escenarios accesibles a todo el mundo.

Lorenzo: Bueno, los conocimientos y las reglas son las mismas. Al final, las aplicas a una decoración media que entiende todo el mundo.

¿Cuáles han sido los espacios o los detalles de decoración que han resultado más difíciles para las celebrities?

Lorenzo: Una de nuestras grandes luchas ha sido pelear contra la falta de criterio: mezclaban todo, hablaban de estilo rústico, escandinavo o industrial sin saber su significado. Existía el interés pero carecían de conocimientos de la decoración.

Macarena: Los espacios que más les han costado han sido la cocina y el cuarto de baño. Al principio también les cuesta decorar las paredes, las dejaban desnudas.

Lorenzo: Aquí entra el arte, saber colgar un cuadro, atrezar... todo lo solucionaban con flores y plantas.

Macarena: Lo de los cuadros ha sido una lucha permanente de Lorenzo, hay una enorme tendencia a colgarlos demasiado altos.

Las obras han sido reales, han llegado para quedarse. ¿Cómo ha sido la reacción de los clientes?

presarios como Kike Sarasola, paisajistas como Fernando Martos...

¿El programa ha permitido detectar un estilo de decoración español?

Lorenzo: Lo más español en decoración es la estética que rige en nuestras casas de campo, que no tienen nada que ver con las del resto de Europa. Nuestra tradición agrícola-ganadera ha influido mucho en su carácter que, además, se transforma entre nuestras distintas regiones: del cortijo a la masía. En el aspecto internacional, lo nuestro estuvo de moda en los años 20-30 en Estados Unidos, el llamado Spanish Mission en California. Las casas de campo de Coco Chanel, Balenciaga o Christian Dior mostraban esta tendencia que creo que ahora vuelve con fuerza.

¿Habéis valorado hacer una edición nueva con participantes anónimos?

Macarena: Sí, me encantaría hacer un programa con estudiantes jóvenes de interiorismo y arquitectura. Sería increíble, llegarían con una buena base de conocimiento e información que las *celebrities* no tienen, aunque hayan sido muy currantes. Además, el hecho de que sean anónimos tiene el valor añadido de que un buen resultado cambiará su vida, y esa posibilidad me encanta. Es lo más parecido a cumplir un sueño. **T**

(Maquillaje y peluquería: Ana Renedo y Eva Guisado).

viaje

En un viaje inolvidable, TELVA ha recorrido durante cinco días las llanuras del SERENGUETI con Xavier Marie y Lucie Brisson, de Laba Laba, para observar a los animales más bellos y feroces del planeta, visitar las tierras rojizas de Grumeti Airstrip, un recóndito y exclusivo paraje en Tanzania, y descubrir el arte de los creadores más talentosos del continente.

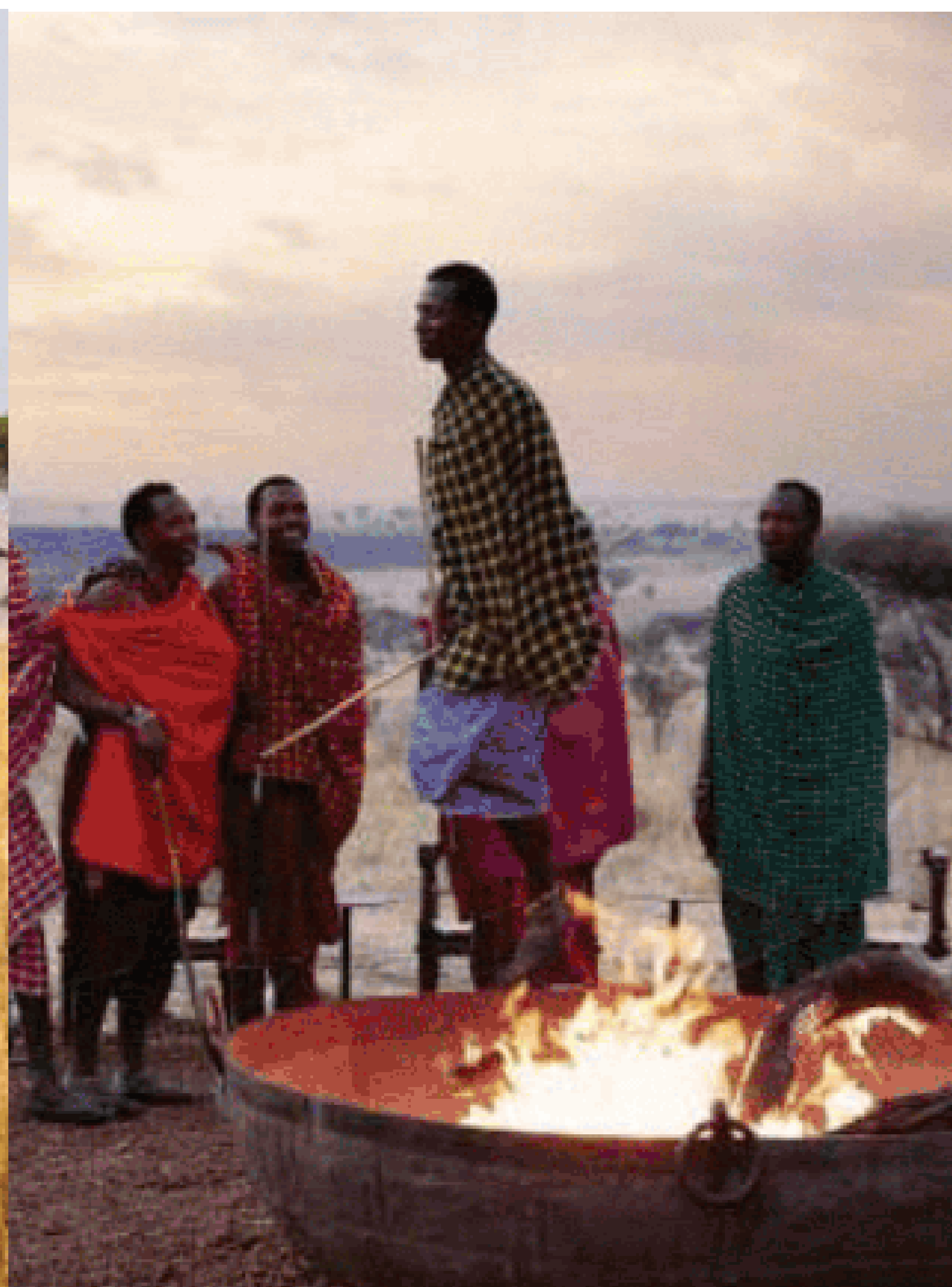
—Cristina Larraondo. Fotos: Warren Heath.



Llamada *twiga* en suahili,
la jirafa es el animal
nacional de Tanzania.
Con ojos saltones y
largas pestañas, habitan
en la tierra desde hace
20 millones de años.
A la izda., picnic en
el Parque Nacional
del Serengueti.



ARTE EN EL SERENGUETI



OUT OF ÁFRICA

los años dorados de los grandes safaris

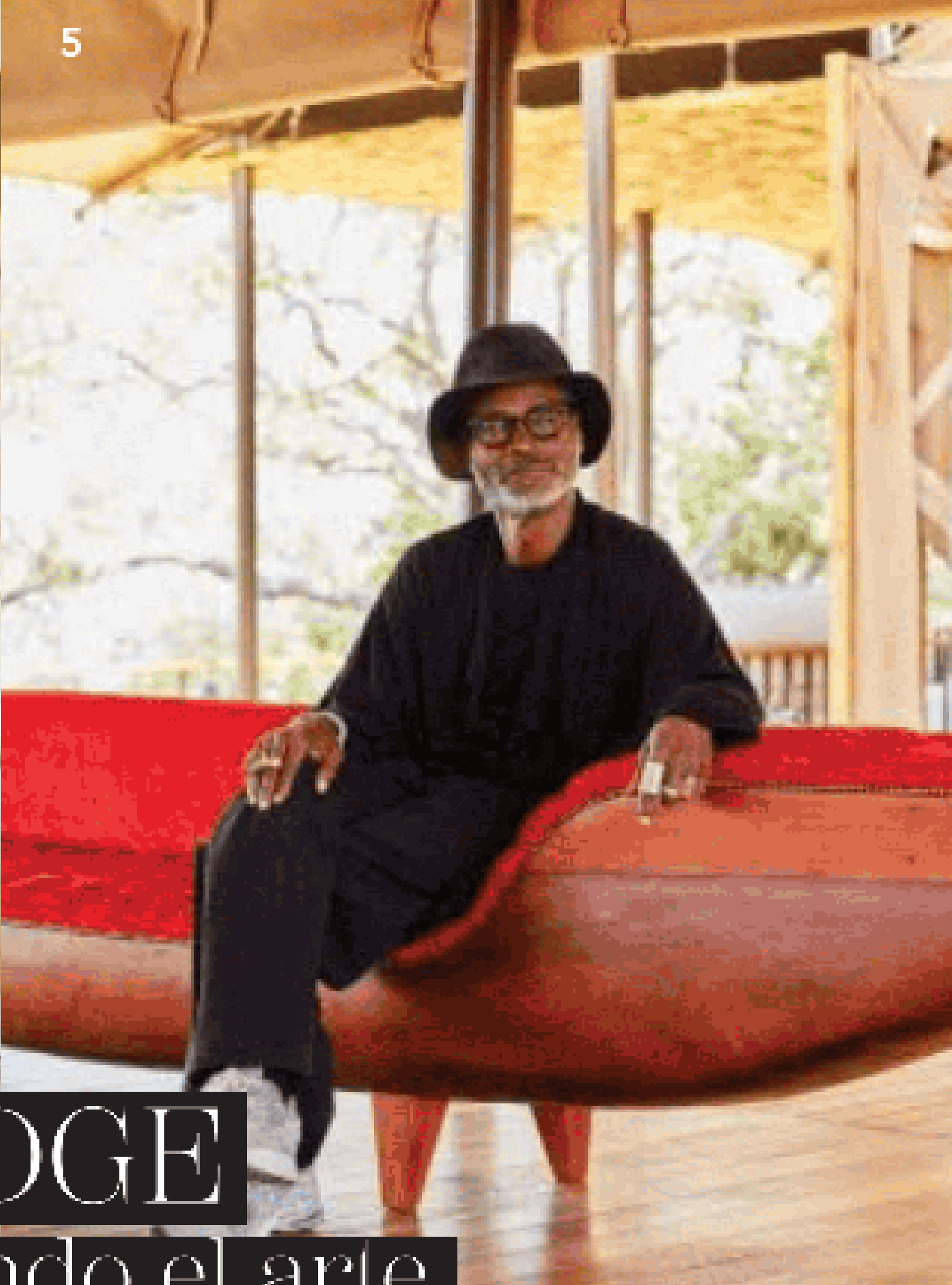
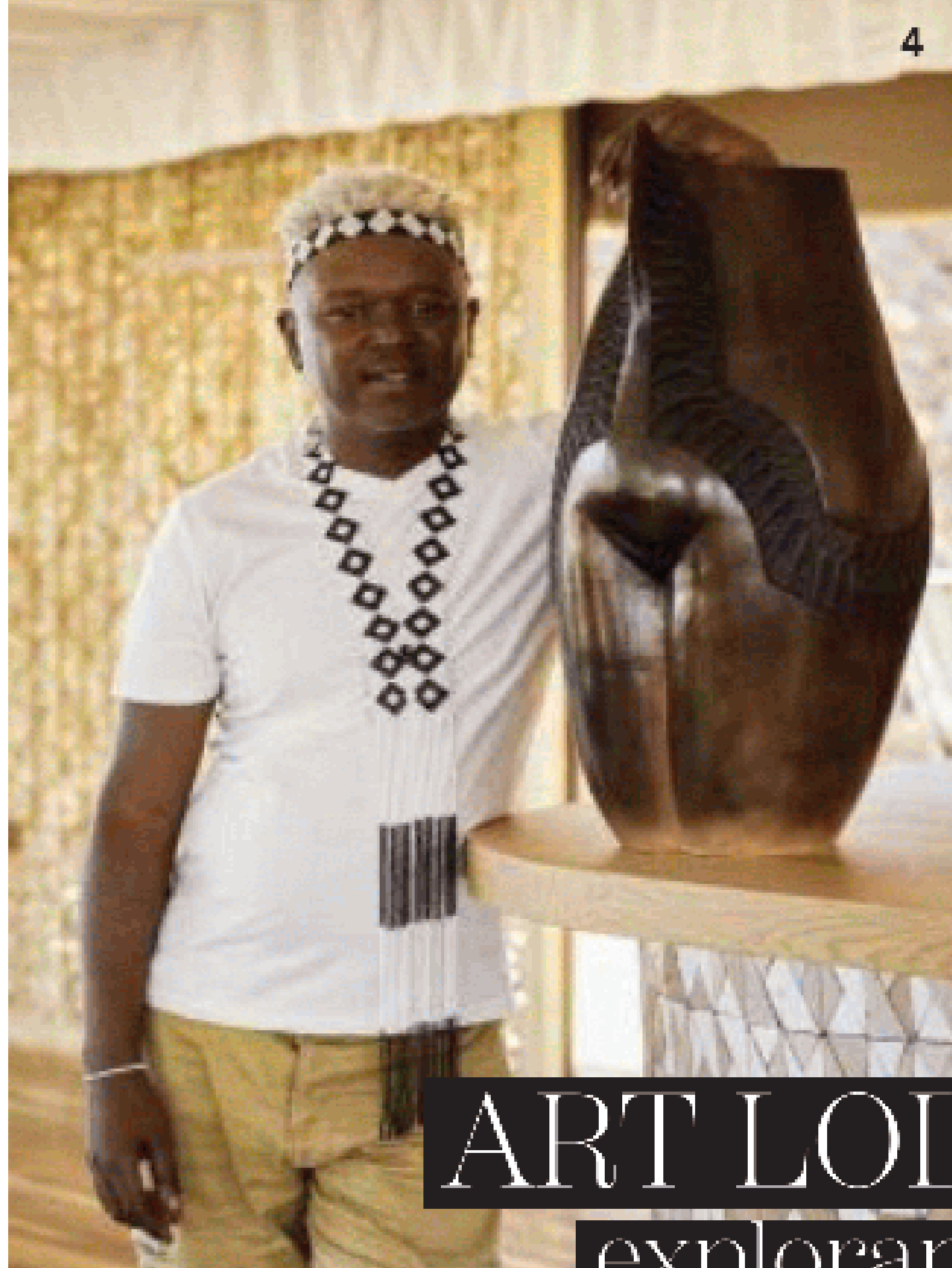
En la la región de Seronera, ubicada en el centro del Parque Nacional del Serengueti, este campamento está diseñado para rememorar la magia de *Memorias de África*, protagonizada Robert Redford y Meryl Streep. De hecho, está decorado con fotografías de algunas de sus escenas míticas. Abajo, una de las tiendas familiares con dos estancias. A la dcha., detalle de una de las habitaciones.



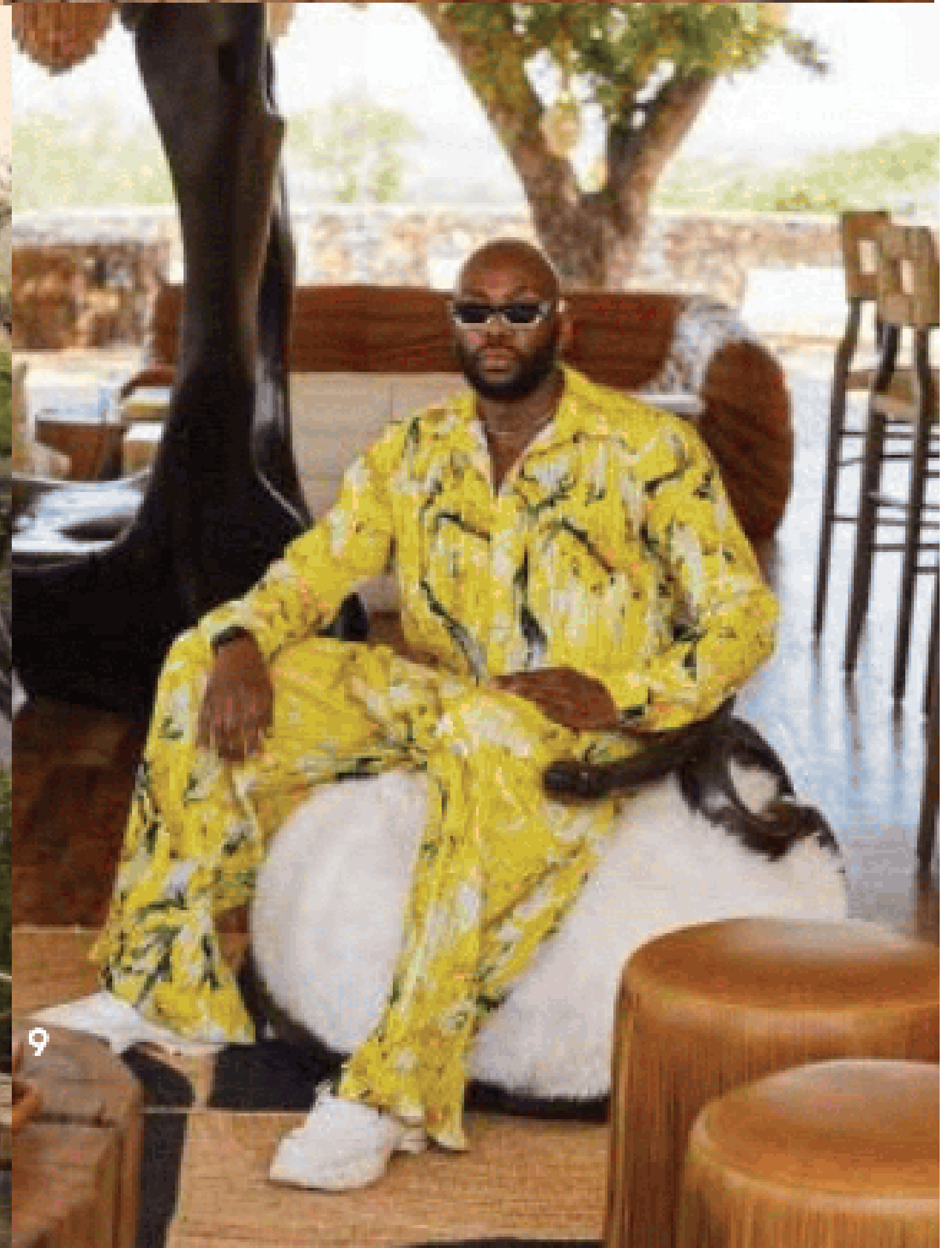
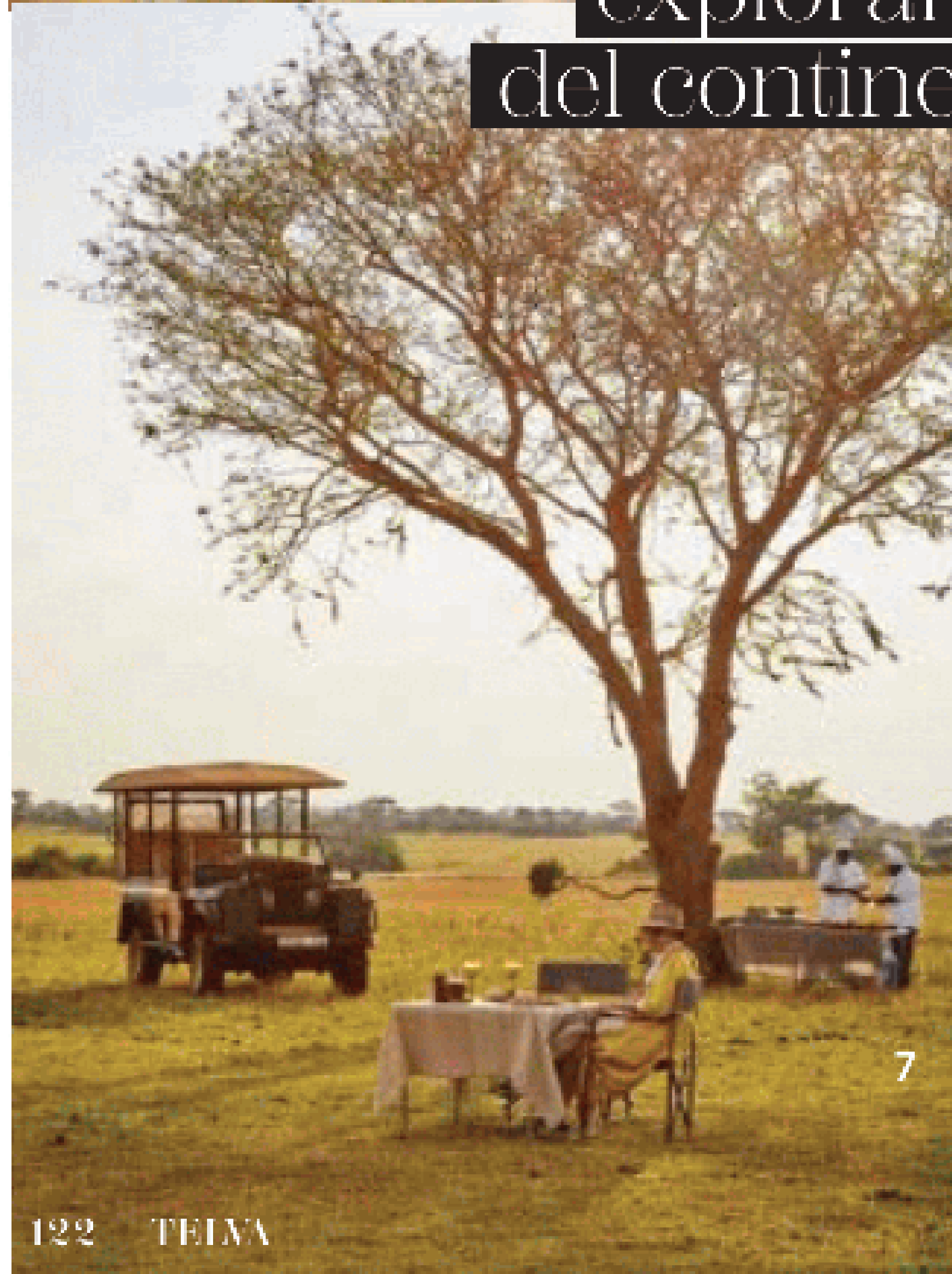
A photograph of four Masai men standing in front of a large, ornate wooden door set into a wall of rough-hewn stones. The men are dressed in traditional red and black patterned shukas. The man on the far left holds a long spear. The man second from the left has a large, bushy headdress and holds a wooden staff. The man third from the left holds a shield and a staff. The man on the far right holds a staff. The wooden door features several panels with carvings of animal heads and horns. The scene is set outdoors on a stone platform.

Isak Dinesen consideraba a los masáis una raza aristocrática. Para ganar prestigio en su comunidad y convertirse en respetados guerreros, tradicionalmente debían someterse a un rito de iniciación que consistía en cazar un león en solitario

Masáis en la entrada del Grumeti Art Lodge. Ataviados con shukas (mantas rojas), color que simboliza el poder y que ahuyenta a los leones, y con varas que representan su identidad de pastores y su jerarquía social.



ART LODGE
explorando el arte
del continente africano





Las trenzas de las mujeres Xhosa

Arriba, la artista sudafricana Zizipho Poswa (@zizipo_poswa) junto a su escultura *Marie Lodge IV*, inspirada en el arte de los peinados de su cultura Xhosa: esta pieza lleva el nombre de la persona que ha peinado a su familia durante largos años.

En la otra página: 1. Atardece junto al fuego en Laba Grumeti Art Lodge. 2. Una de las suites del campamento. 3. El diseñador de muebles Jomo Tariku (@jomotariku) en su silla Nyala. 4. El ceramista Madoda Fani (@fanimadoda) con una de sus vasijas trabajada con el método Nguni de los pueblos bantúes. 5. Jean Servais Somian (@somiandesign), diseñador, ebanista y escultor de Costa de Marfil, sobre una vieja canoa que él ha reconvertido en sofá. 6. Chimenea en la entrada del Art Lodge. 7. Desayuno bajo una acacia en el Serengueti. 8. Spa de Healing Earth en Laba Grumeti Art Lodge. 9. Rich Mnisi (@therichmnisi), ganador el Premio al Mejor Diseñador Africano 2024 en la Semana de la Alta Costura de París, sobre sus asientos *Ripfumel*: dos serpientes de bronce enroscadas sobre piel de oveja.

Mueble Bar Carmen,
de Comité de
Proyectos (@cpmx),
en madera de
Huanacaxtle, fibra
de sisal, acero,
mimbre y piel.
En la pared, retratos
del fotógrafo
Alastair Whitton
(@alastairwhitton).



Un grupo de jóvenes masáis enciende el fuego en el exterior del campamento. El sol ha caído abruptamente tras el horizonte y ha dado paso a un ciclo nocturno extraordinariamente luminoso. Anochece en la sabana africana, la hora en la que

los depredadores salen a cazar en el Parque Nacional del Serengueti. Hace tan solo unas horas hemos aterrizado en el aeropuerto internacional Kilimanjaro, en un vuelo de Ethiopian Airlines procedente de Addis Abeba, desde donde una avioneta privada de la compañía Coastal nos ha traído hasta la pista de tierra rojiza y guijarros de Grumeti Airstrip. En este recóndito paraje de Tanzania, donde tiene lugar la Gran Migración en la que miles de ñus, cebras y gacelas se desplazan hasta el Masái Mara siguiendo las lluvias en busca de pastos frescos, nuestros anfitriones Xavier Marie y Julie Brisson acaban de abrir el Art Lodge, un exclusivo campamento para safaris que han querido que TELVA estrene junto con otros seis periodistas europeos. Xavier y Julie nos han citado para una copa de bienvenida en el porche del lodge elevado sobre una colina con vistas al Serengueti, una de las últimas reservas salvajes del planeta habitada por unos 2 millones de ñus y cebras, 3.000 leones, 74.000 búfalos, 1.500 elefantes, 1.000 leopardos, 250 guepardos, 3.500 hienas, 130 rinocerontes negros y multitud de aves, chacales, gacelas, impalas, topis, jirafas, hipopótamos, flamencos, pelícanos...

“Con 25 años alquilé un coche y, mapa en mano porque no existía el GPS, recorrí la Reserva Nacional Masái Mara en Kenia y el Serengueti, cuenta Xavier. En aquella época no había casi nadie por aquí, tan solo existía un campamento para safaris y ahora hay unos cien. Me enamoré por completo de África Oriental, porque solo conocía África Occidental ya que crecí entre Argelia y Senegal”. En aquel entonces “este era un país casi virgen”, continúa Julie. “El turismo era discreto, las infraestructuras limitadas y la relación con las comunidades locales muy auténtica. Aunque hoy tiene más visibilidad en el mapa mundial, su esencia no ha variado: sus paisajes siguen siendo impresionantes, su fauna extraordinaria y la sensación de espacio y libertad que proporciona es algo que rara vez

se encuentra en otro lugar del planeta. Siempre tuvimos claro que queríamos tener un lodge en esta tierra”. En 2015 Xavier vendió la mayoría de las acciones que poseía en *Maisons du Monde*, la exitosa compañía de muebles y decoración que había fundado en 1996. Con lo que obtuvo por la venta (unos 680 millones de euros) junto a Julie invirtió en varias compañías y en los primeros lodges en Tanzania. “Pero llegó el COVID, arruinó todo mi trabajo y me quedé bloqueado” asegura Xavier. “Todo mi universo se derrumbó. Me sentía incapaz de comenzar de nuevo y decidí tomarme un año sabático y viajar con Julie. Pero cada mes tenía que pagar al personal que ya había contratado para nuestros lodges en Tanzania y mantener los campamentos. Así que un día pensamos: *ya que estamos pagando, ¿por qué no nos vamos a vivir allí?* Mes y medio después mi agotamiento se curó gracias a la naturaleza y a la energía positiva que encontré”. Julie, que escucha atentamente la narración de Xavier, asiente: “Este país nos ha dado perspectiva y un propósito por el que trabajar. Deci-

dimos crear Laba Laba, una compañía que gestiona siete lodges en el país. Quisimos construir algo significativo en un entorno remoto, crear empleos, proteger la tierra y compartir esta belleza difícil de replicar en Europa. África tiene un gran potencial. Somos optimistas, especialmente al ver a las generaciones más jóvenes centradas en la conservación de las tradiciones, el emprendimiento y la innovación”.

En base a esa idea, cuando se plantearon construir el Art Lodge en Grumeti planearon un espacio en el que exhibir muebles y objetos de decoración que han ido comprando a los creadores más vanguardistas del continente, a algunos de los cuales conoceremos al día siguiente de nuestra llegada. “Un día descubrimos a Zizipho Poswa mientras trabajaba en uno de sus enormes tótems antropomórficos. ¡Nos fascinó!”, asegura Julie. Nacida en Sudáfrica, las esculturas de cerámica y bronce de Zizipho, que evocan de manera novedosa a la mujer africana, forman parte de las colecciones de entidades como el MET de Nueva York, el Museo de Arte de Filadelfia o la Fundación Loewe. “Con mi trabajo quiero preservar y compartir con los jóvenes algunas de las costumbres de mi



Los anfitriones Xavier y Julie

“Como las golondrinas, que migran desde Francia hasta África en otoño, Julie y yo vivimos en Tanzania de octubre a marzo”, explica Xavier Marie. En abril abrirán nuevo lodge en Ngorongoro que se unirá a un portfolio que cuenta con dos campamentos en el Serengueti (Grumeti Art Lodge y Out of Africa), otros dos en Arusha (Mama Simba y Jongomero), uno en Fanjove (una isla privada en el archipiélago de Songo Songo) y otro móvil, el Migration Camp. El nombre de la compañía, Laba Laba (@labalabatravel), significa mariposa en Yoruba, un insecto que contribuye a la biodiversidad. “Cuando las ves, asegura Julie Brisson, significa que esa zona está libre de polución”. En la imagen, Xavier y Julie, sentada en un asiento escultura del artista sudafricano Porky Hefer (@heferporky), en cuero, piel de oveja, cladodio de eucalipto y acero.



MAMA SIMBA a los pies del Monte Meru

"Hace un año compramos esta casa para nosotros, explica Julie. El lugar es increíble, pero Xavier y yo no estábamos contentos de vivir tan cerca de una ciudad (Arusha). En Tanzania estamos acostumbrados a vivir en tiendas en el Serengueti. Así que decidimos construir seis cabañas en torno a la casa principal y dejarla como una nueva propuesta para los viajeros". Arriba, a la izda., habitación de una de las cabañas y a la dcha., porche de una cabaña. Abajo, entrada a la cocina de la casa principal y a la dcha., lámpara de araña en ratán con animales como tucán, loro y mono, del artista Mario Lopez Torres (@mariolopeztorresfurniture), y comedor del lodge.



“Vivir y trabajar tan cerca de la naturaleza nos ha enseñado a tener humildad y paciencia. En Europa la vida suele transcurrir rápidamente y se estructura en torno al rendimiento y la productividad; en Tanzania el tiempo se siente diferente, las relaciones, las estaciones y la naturaleza marcan el ritmo” (X. Marie)

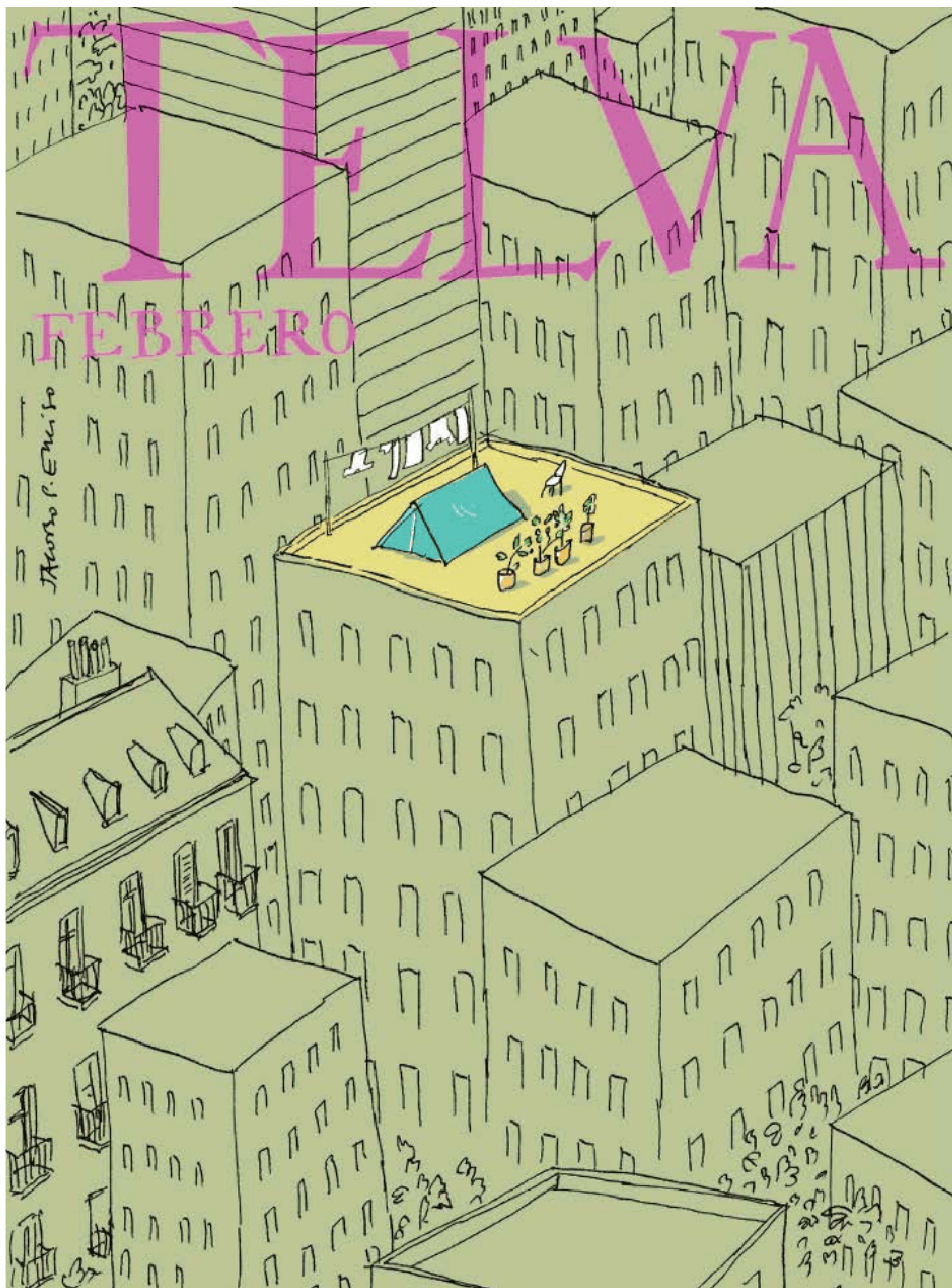
tribu Xhosa, y rendir homenaje a sus increíbles mujeres”, nos cuenta Poswa. “En mi primera exposición en solitario, llamada Ilobola, traté de contar con mis esculturas cómo es el proceso de contraer matrimonio en nuestra tribu, donde el novio tiene que pagar un número acordado de vacas a la familia de la novia. En la segunda exposición he querido explicar cómo son nuestros peinados tradicionales. La escultura *Marie Lodge IV*, que compraron Xavier y Julie para el Art Lodge, lleva el nombre de la mujer que ha peinado a mi familia durante muchos años”.

Jean Servais Somian, otro de los artistas invitados al Art Lodge, está sentado en una de sus canoas de pescadores reconvertidas en sofás con tapizado capitoné, una pieza fusión entre las técnicas tradicionales de tallado de madera que aprendió en su Costa de Marfil natal y las que posteriormente adquirió en una escuela de carpintería y diseño de Lausanne. “Estos barcos concetan con mi vida en África”, explica Somian, “y los tapizados de los sofás con mis temporadas en Europa. Vivo en la ciudad de Grand Bassam, una zona de Costa de Marfil en la que los hombres se han dedicado desde siempre a la pesca. Pero como los jóvenes prefieren otro tipo de trabajo, a medida que los pescadores se han ido haciendo mayores sus barcas han quedado abandonadas. Un día pensé que se podía hacer algo con ellas y decidí comprarlas. Cada vez que adquiría una charlaba con su propietario y las historias que me contaban sobre su vida han ido inspirando mi obra con cada canoa, en la que invierto unos tres meses de trabajo. Cuando los pescadores ven el resultado final, lloran de alegría”.

Rich Mnisi, uno de los artistas más prolífico y multifacético del continente, ha diseñado los asientos *Ripfumel* que decoran el porche del lodge: dos serpientes de bronce enroscadas a modo de respaldo alrededor de un asiento de piel de oveja. “Aunque principalmente soy diseñador de moda”, cuenta Mnisi, “mi primera pieza de mobiliario fue el sillón *Momna Mona*, un homenaje a mi bisabuela porque, cuando mueran mi madre y mi tía, nadie la recordará ya que no sabemos ni cuándo nació ni tenemos fotos de ella. Ahora, para el Art Lodge, he trabajado estos asientos con serpientes, unos animales a los que en África se les venera o se les tiene miedo, como es el caso de mi familia. He querido jugar con esa idea de miedo y belleza, rechazo o aceptación”.

Un par de las curvilíneas cerámicas de gran formato del artista sudafricano Madoda Fani ocupan un lugar preferente en el bar del lodge. Fani crea piezas modeladas a mano, bruñidas y cocidas con humo. “Me encanta mi trabajo porque es una evolución de la cerámica tradicional de mi cultura Nguni que trato de preservar”, explica. “Lo hago todo a mano, de principio a fin. Disfruto mucho tallando, para mí es como meditar. Estoy orgulloso de que estas piezas estén en África porque gran parte de

mi obra la adquieren coleccionistas norteamericanos”. Xavier y Julie organizan desde sus lodges safaris sostenibles a bordo de unos Land Rovers vintage rediseñados para reducir su impacto en el medio ambiente. Sin ventanas, a diferencia de otro tipo de vehículos que se ven por el Serengeti, en un primer momento impone estar tan cerca de los animales sin protección. Pero, como nos explican los guías de Loba Loba, los animales no se sienten amenazados porque los nativos jamás intervienen en el ciclo de la vida del Parque, ni para retirar los árboles que derriban los elefantes, ni para curar a una cebra herida... Atrás quedaron los safaris de la época colonial en los que se buscaba cazar alguno de los trofeos más preciados de África, los famosos *Big Five* (los Cinco Grandes), los animales más peligrosos y difíciles de abatir: el león, el leopardo, el elefante, el rinoceronte y el búfalo cafre. “La conservación del medio ambiente y la responsabilidad social son la base de nuestro modelo de negocio”, explica Julie. “Nos hemos comprometido formalmente a destinar el 30% de nuestras ganancias a iniciativas humanitarias y de conservación en Tanzania, con una visión a largo plazo y un impacto medible. Por ejemplo, en el Parque Nacional Ruaha hemos apoyado operaciones contra la caza furtiva donando tecnología avanzada como un dron de alta gama equipado con sensores infrarrojos capaces de detectar la presencia humana nocturna a grandes distancias. También financiamos y organizamos formación para guardabosques y ayudamos a mantener y reparar sus vehículos, mejorando directamente la eficiencia de las patrullas sobre el terreno. Además, cerca de Arusha, estamos desarrollando un santuario de vida silvestre en colaboración con la Universidad Aga Khan que incluirá un orfanato de elefantes. También trabajamos muy estrechamente con las comunidades masái a través del empleo y la distribución de beneficios turísticos, y financiamos el 100 % de los salarios del personal del primer centro de atención para niños con discapacidad de Tanzania en Iringa, donde brindamos atención médica, fisioterapia y capacitación parental”. Lo cierto es que, como asegura Xavier, “vivir y trabajar tan cerca de la naturaleza nos ha enseñado a tener humildad y paciencia. Nos recuerda lo que realmente importa. En Europa la vida transcurre rápidamente y se estructura en torno al rendimiento y la productividad. En Tanzania, el tiempo se siente diferente: las relaciones, las estaciones y la naturaleza marcan el ritmo. Este continente es joven, dinámico y rico en cultura y recursos naturales. Si el desarrollo se lleva a cabo con conciencia -a través de la educación, el empoderamiento local y la protección del medio ambiente como ejes centrales- África podrá definir su propio modelo en lugar de copiar a otros. Nosotros creemos que el turismo sostenible en sí mismo es una herramienta de conservación”.



TEIVA

FEBRERO

Alonso P. Enciso

Tomar medidas

Por Blanca Lacasa

Benigna se ha comprado una casa.

Benigna se ha comprado una casa tras pasearse sin mucho entusiasmo por infinidad de webs inmobiliarias uniformemente diferentes. Benigna se ha comprado una casa tras posar sus ojos en residencias de costroso aspecto, en viviendas de dimensiones absurdas y precios desorbitados (nunca al revés) y en pisos con decoraciones más propias de una película de terror que de un posible apartamento vitalicio. Benigna se ha comprado una casa después de dos años, tres meses, una semana y cinco días visitando, uno tras otro, domicilios de todo tipo.

Durante estos ochocientos treinta y tres días, Benigna ha aprendido algunas expresiones como bienes raíces, hipoteca flexible, catastro, arras o superficie útil. Según se cuenta, esa superficie útil nunca coincide con la construida. Parte de esa extensión edificada se volatiliza por algún mágico truco convirtiéndose en un área fantasma inservible para el morador, habitada por quién sabe qué.

También está lo de los gastos de comunidad, los impuestos y las recogidas de basura. Los consumos. Pero para ti, Benigna, sería menos. Tú estás sola y una persona duchándose gasta menos que dos, y no digamos que cuatro. Haz una regla de tres, Benigna. Si tres gastan equis de agua al mes, tú gastarás la tercera parte de equis. Haz lo mismo con la electricidad. Divide todo por tres. O por dos. Así sabrás la medida exacta. Tu volumen preciso.

Benigna ha inspeccionado barrios, ha husmeado los comercios cercanos del inmueble con visos de ser una vivienda venidera, ha subido y bajado escaleras, ha valorado distancias, ha entornado los ojos frente a un gotelé roñoso intentando imaginar cómo sería amanecer allí, ha mirado detrás de las puertas buscando sombras imaginarias, se ha interesado por orientaciones solares y ha puesto sus pies sobre estrechas franjas de césped artificial. Plásticos verdes tapizando balcones bautizados para la ocasión como terrazas. Terrazas con el ancho exacto de su pie. Un 39. Una terraza de veinticuatro centímetros y medio.

También ha echado cuentas y más cuentas, ha llorado en bancos y ha contado una y mil veces sus ahorros, engrosados a última hora por la coqueta y generosa ayuda de su única tía querida.

Pero, Benigna, por fin, se ha comprado una casa. Una casa en la que ha estado un total de dos veces. La primera, un día lluvioso y gris en la que permanece dentro de la que será su futura vivienda, dieciséis minutos y treinta y tres segundos. No ve el trastero, tampoco la azotea. La segunda visita dura doce minutos clavados. Aunque, en esta ocasión, sí sube a los trasteros y a la terraza.

Durante ambas citas, el agente de traje feo de un azul aún más feo no para de hablar ni un minuto. Inunda a Benigna de informaciones que nada tienen que ver con la propiedad. Chascarrillos innecesarios y lugares comunes. Revolotea a su alrededor sin dejar a Benigna sola. Ni un segundo.

En ninguna de las estancias. Tras esa segunda visita que no llega al cuarto de hora, el agente invita a Benigna a dejar una señal. Hay más gente interesada. Debes saberlo. Hay otras ofertas en otras agencias con otros hombres azules. Las oficinas, las nuestras, cierran en media hora. Da tiempo. Benigna no sabe. Da vueltas sobre sí misma. Pero decide, por una vez, decidir.

Así, Benigna hace “lo de la señal”. Lo hace entendiendo una parte escasa de la cháchara. Parte que, a su vez, será desintegrada y destruida de su memoria gracias a los mecanismos propios del estado alterado en el que se halla. Cuando regresa a su casa, esa que no es técnicamente suya, telefonea a algunas personas. Les manda el enlace del anuncio. Busca opiniones, implora pareceres, necesita criterios. Los que sean. Cualquiera salvo el suyo. Embotado, escacharrado, mangoneado, viciado.

Luego, en una soleada y excesivamente calurosa tarde para ser aún abril, Benigna firma las dichosas arras. Ahora sí, se ha comprado una casa. Una casa de verdad en la que ha estado una suma de veintiocho minutos y treinta tres segundos. Ha tardado menos tiempo en adquirir propiedad que en decidirse, por decir algo, por unos pantalones. Esa misma tarde, la de la transacción, Benigna ha quedado con alguien cuyo comportamiento es lo suficientemente grosero como para acabar de rematarle el día. Se acuesta con cierta sensación de ausencia de consentimiento. En uno y en otro caso. Una impresión de indefensión que la despierta en algún momento de la madrugada. Benigna, desvelada, mide con un metro que se queda corto y sin más protección que unas bragas su casa de mentira para comprobar lo que ya sabía: que es más grande que la de destino, más amplia y desahogada. Benigna se afana esa noche y muchas noches, tardes y mañanas venideras en acotar dónde está la diferencia. Cuántos metros se llevan una vivienda y la otra. En qué lugar se volatiliza esa disparidad. Si es en el pasillo, en el salón o, quizás, en su habitación. Benigna mira a su alrededor y siente que sus pertenencias jamás entrarán en su futuro hogar. Mide estanterías, libros, discos, también altura de plantas y hasta el ancho del router. A partir de ese momento, Benigna destina gran parte de su tiempo libre a ajustar mentalmente volúmenes, descartar la estantería (demasiado larga) o el sillón de flores (demasiado aparatoso), mirar por Internet mesas redondas de un diámetro máximo de 80 centímetros o investigar el ancho mínimo de los electrodomésticos. Su historial de búsquedas en Google será una sucesión de objetos, muebles y demás enseres seguida, indefectiblemente, del adjetivo PEQUEÑO.

A medida que pasan los días, el recuerdo de la propiedad obtenida se va difuminando. Se impone el recuerdo de las fotos que ilustraban el aviso. Fotos hechas con gran angular, retocadas, engañosas, subidas de luz, bajadas de realidad. Divinas. Porque, a día de hoy, la casa que ha comprado Benigna es la casa de las fotografías. Una en la que ha pasado bastante más tiempo que en la otra, la tridimensional. Una, la retratada, que ha acariciado, sobre la que ha yuxtapuesto muebles y animado fantasías. Mientras la obsesión, imparable, sigue creciendo.

Así, Benigna ha pedido a todos sus amigos cuyas casas conoce al dedillo que le pasen medidas de sus salones y de sus cocinas. Por comparar. Ha hecho dibujos que más parecían tetrís en servilletas, publicidades y en cualquier papel que se cruzara en su torbellino mental. Incluso una vez en un apartotel al que la mandaron por trabajo, a la una y media de la mañana, de vuelta de la cena, tuvo a bien reordenar todos los muebles una vez cayó en la cuenta de que las dimensiones de ambos salones (el hotelero y el casero) eran las mismas. Una semana después del negocio inmobiliario, Benigna sabía a cuantos centímetros precisos correspondía una zancada suya y a cuanta longitud un palmo de su mano bien estirada. Cuando Benigna advirtió, exaltada, semejante coincidencia arrastró el sofá, arrancó el televisor de la pared y reubicó la lámpara de tal modo que recreara su estrecho futuro en su casa de calibres desvanecidos.

Benigna ha desarrollado tal habilidad con las medidas que es capaz de decir con sobrecogedora exactitud cuánto mide un tresillo, cuánto se extiende un aparador o cuánto ocupan un puñado de libros en fila. De un simple golpe de vista. Y lo hace por defecto. Según entra en una estancia, establece un despiadado escaneo. El mismo que no puede hacer en la que, se supone, es ya su casa. Porque resulta que Benigna, nueva en estos barullos, no entendió que la compra de su piso venía con una demora de tres meses. Precario se llama el invento. Lo cual significa, lo supo después, que hasta pasados esos tres meses, el apartamento seguiría ocupado por los antiguos dueños.

Se da la casualidad de que, durante todo este tiempo de espera, cruelmente largo para la impaciencia de Benigna, comienza la emisión de un nuevo programa. *La medida justa*. Un espacio televisivo que consiste, simple y llanamente, en adivinar la anchura, longitud o profundidad de distintos objetos, animales o, incluso, -¿por qué no?, es la tele-, personas. La madre de Benigna que viene notando la tendencia de su hija a clavar los volúmenes de todo cuanto le sale al paso la anima a enfocar en el competitivo show su obsesión que en ese momento califica, inusualmente benévola, como descomunal talento.

Al principio, Benigna no quiere ni oír hablar de salir en la tele. Pero, a medida que pasan las semanas, y la espera se estira y la impaciencia explota, decide que mejor medir lo real, aunque sea ajeno, a lo proyectado, aunque sea supuestamente propio.

El primer día de grabación, Benigna deja claro que no tiene rival. Encadena respuestas acertadas, sin pestañear, casi sin pensar. Simplemente, deposita su mirada, cansada de cábalas domésticas, sobre el cachivache en cuestión y suelta la cifra. Un par de centímetros arriba. Otro par abajo. Como mucho. Pero siempre más ajustado que sus rivales. Un día tras otro. Lo mismo.

En el programa número cuarenta y seis (de emisión, que de grabación ya van por el sesenta y uno), Benigna se muda por fin a su comprada morada demostrando, de facto, que todos los esbozos de interiorismo acumulados no valían para nada. El único lugar en el que Benigna fracasa estrepitosamente en el arte del medir es en su propio hogar. En *La medida justa*, sin embargo, Benigna sigue resultando imbatible. Tanto que pasa a formar de esa raza de concursantes televisivos que van jubilandos presentadores. De los que ganan siempre provocando en el telespectador una indefinible mezcla entre el hastío derivado de la falta de emoción y la dicha de encontrarse todos los días a la misma hora con alguien que ya forma parte del mobiliario afectivo. La fama le hace un hueco y Benigna aparece en la portada de un dominical con su rostro a 27 centímetros de alto por 21 de ancho, recibe llamadas de prestigiosos estudios de interiorismo para hacer colaboraciones, las celebridades la persiguen para que decore sus mansiones e, incluso, cierta empresa le propone poner su nombre a un medidor electrónico: Benímetro se llamará el invento.



BLANCA LACASA

Autora de varios libros infantiles y del ensayo *Las hijas horribles* (2023), se ha estrenado con éxito en la ficción con la *nouvelle* *El accidente* (Libros del Asteroide, 2025).

Foto: Laura C. Vela.

Al tiempo que triunfa con sus matemáticos poderes, Benigna se ha ido haciendo, más bien que mal, al nuevo espacio, al calor y al ruido blanco de su nuevo hogar. Y ha acabado prefiriendo los cuarenta y dos metros de su casa comprada a los sesenta y tres de la de alquiler, el rumor de los coches entrando en la ciudad a los gritos de los borrachos saliendo de los bares, el aspecto recogido y contenido de su casa de ahora al despiporre de la anterior, la acumulación controlada y calculada de sus pertenencias al marasmo de cosas colonizando su ulterior y espacioso hogar. Porque, como bien sabe cualquiera, en especial los hombres de azul, a todo se acostumbra una. **T**

Ilustración: Jacobo Pérez-Enciso

Relato breve. "Benigna ha desarrollado tal habilidad con las medidas que es capaz de decir con sobrecogedora exactitud cuánto mide un tresillo, cuánto se extiende un aparador, o cuánto ocupan un puñado de libros en fila".



RETRATO DE FAMILIA

Retrato familiar en blanco y negro de Sophia Loren con Carlo Ponti y sus dos hijos. El nacimiento del primero, Carlo Ponti Jr., en 1968 fue un acontecimiento, rueda de prensa incluida. Pero Loren siempre tuvo dudas de exponerle a él y su hermano Edoardo, nacido en 1973, a la prensa. Solo accedía cuando Eisie sostenía la cámara. En una de aquellas sesiones familiares, Eisenstaedt cubrió las ventanas con alfombras para tener luz artificial. Al terminar, mientras recogía, hizo un comentario sobre el desorden que siempre dejan los fotógrafos. "Pero no eres un fotógrafo", afirmó la actriz. "¿Qué soy?", preguntó él. "Un amigo", dijo ella.

SIN FILTROS

La primera vez que Eise fotografió a Loren para *Life* fue en Nápoles. Viajaron a Pozzuoli, el pueblo donde ella se crió. El retrato que le hizo, sonriente, fue la portada. "Más que ningún otro profesional, moldeó la imagen que el público tenía de Loren, no solo como actriz, sino como mujer".

Le hizo miles de fotos,
tantas, que ella le
llamaba su sombra.
Pero el vínculo entre el
fotógrafo ALFRED
EISENSTAEDT y
SOPHIA LOREN se
forjó más allá de la
cámara. Una intimidad
cristalizada en imágenes
que recoge un libro que
revisa la figura de la
estrella en una era
carente de *nepo babys*,
publicistas leoninos y
contratos de
confidencialidad.

—Laura G. del Río.



so phia

en la intimidad

Sophia Loren fue reclamada en 1976 por la revista *People* para dejarse retratar con sus hijos en su casa de París, la actriz se negó en redondo. Eran los años de plomo y los secuestros mediáticos estaban a la orden del día. Ni siquiera saber que Lord Snowdon haría las fotos la tentó. Pero el periodista insistió: “¿Y si lo hace Eisenstaedt?”. Loren se detuvo. “¿Eisie? ¿Sigue trabajando? Para Eisie, sí”, concedió la actriz. Quince horas después, Alfred Eisenstaedt estaba en un avión rumbo a París. “Es una anécdota”. Un prólogo involuntario. “Pero da una idea del tipo de relación que tenían”, cuenta Reuel Golden, editor de fotografía de Taschen y del flamante libro que la casa publica este enero: *Sophia. Photographs by Alfred Eisenstaedt. 1961–1979*. El relato visual, no solo de la carrera de una gran estrellas del cine y del talento infatigable de un referente del fotoperiodismo moderno, sino de la simbiosis que se forjó entre ellos. “Conectaron”, confirma Golden. Aunque a primera vista no tenían nada en común, tal vez les unía una idea del éxito que nunca dejaba atrás el recuerdo de un pasado difícil. Judío nacido en 1898 en Dirschau, hoy Polonia pero entonces parte del Imperio Alemán, Eisenstaedt se hizo un nombre fotografiando episodios y figuras decisivas de la Europa de entreguerras, incluidos los primeros congresos nazis. Cuando emigró a Estados Unidos y se convirtió en uno de los cuatro fotógrafos fundadores del equipo original de *Life* en 1936 –durante tres décadas hizo más de 2.500 reportajes y un centenar de portadas– Loren apenas cumplía dos años. La italiana vivió una adolescencia marcada por la guerra y la ocupación, y la historia de su nacimiento ilegítimo y sus orígenes humildes siempre serían parte de la narrativa. También de su magnetismo. “Es un icono. Seguramente fue la primera gran estrella de Hollywood de habla no inglesa”, dice Golden. Desde luego fue la primera en ganar un Oscar a Mejor Actriz por una interpretación en otro idioma, con *Dos mujeres* de Vittorio De Sica, en 1962. “Pero también representa la clásica historia de superación”. La mujer que llega de la nada a la cima. “Lo opuesto a los *nepo baby* de hoy”, subraya el editor. “La gente se identifica con esa historia. Y con ella. Grace Kelly, por ejemplo, era inaccesible. Pero Sophia era cercana. Tiene cierta... humildad. Es rica, famosa y guapa. Y, en las fotos se ve, disfruta de su éxito y el público también”. Representaba los sueños de una generación de mujeres. La primera vez que Eisenstaedt la fotografió fue en 1961. Fue la portada del 11 de agosto de *Time*. “Encantos y astucias de una mujer cautivadora”, rezaba el titular sobre la foto de Loren envuelta en un pañuelo rosa frente al mar. No era la primera vez que la italiana cubría la primera plana de la reputada cabecera. Pero sí la primera fotografiada por el alemán. Para entonces Loren era una estrella. Ya había conquistado Italia en *El oro de Nápoles*, compartido pantalla con Mastroianni en *La ladrona, su padre y el taxista* y *La fortuna de ser mujer*, enamorado a Charlton Heston en *El Cid* y embelesado a De Sica. “Sophia tiene un magnetismo que hace que la cámara la ame; puede emocionar al público con una mirada”, decía el director. Pero aquel reportaje no lo hicieron bajo los focos de Hollywood. El fotógrafo la acompañó al apartamento donde había crecido en Pozzuoli, a diez kilómetros de Nápoles, y donde sus abuelos aún vivían. “De alguna manera, Eisenstaedt invadía su espacio personal. Y ella le dejaba”, explica Golden. Fotos que retratan a Loren y su relación con Eisenstaedt. Una de las más interesantes que se han dado en el mundo del celuloide: anclada en una confianza personal muy poco habitual y un acceso aún menos común. Todavía más insólita a la luz actual, donde los famosos –y sus publicistas– orquestan su imagen con un control férreo, acuerdos de confidencialidad y redes mediante. Más que un álbum de fotos, es un documento sobre la construcción de un mito, y la mujer detrás de él. **T**

CÓMPLICES

Arriba a la dcha. Esta foto se hizo en 1964 en Villa Sara, el palacete de la pareja a las afueras de Roma. Eisie pasaba días con ellos. Podía pasar de fotografiar a Loren entre bastidores, en un estreno y vestida de Dior en Villa Sara, a capturarla cambiando pañales, jugando al ajedrez o tumbada en la cama con Ponti.

LUCES, CÁMARA...

A la dcha., Loren, Mastroianni y De Sica en el rodaje de *Matrimonio a la italiana* en los estudios Titanus-Appia de Roma en 1964. La composición de la foto de Eisenstaedt juega con la idea de un observador fuera de la escena y, al mismo tiempo, la sensación de estar dentro.



La primera vez que Eisenstaedt la fotografió fue en 1961. Fue la portada del 11 de agosto de Time. “Encantos y astucias de una mujer cautivadora”, rezaba el titular sobre la foto de Loren envuelta en un pañuelo rosa frente al mar





LA MUJER Y EL MITO

"Es la última foto del libro", cuenta Golden. La eligió por el dramatismo, pero también por la mirada de Loren. "La mirada de alguien que mira al frente, al camino por delante", dice el editor.

"Eisenstaedt era un fotógrafo muy versátil. Pero también empático. No era solo técnica, había calidez y una cualidad humana en las fotos que hacía".



XIV Edición Premios TELVA a las Artes, las Ciencias y el Deporte

Ana Peleteiro

PREMIO TELVA AL DEPORTE 2025

Galardonada junto a Malú y al doctor Antonio Pérez Martínez en la última edición de los Premios TELVA a las Artes, las Ciencias y el Deporte, la atleta española, que no es de colgarse medallas pese a poseer unas cuantas, se enfrenta a un año de desafíos con dos objetivos en mente: Los Ángeles 2028 y su nueva maternidad.

—Blanca de Almandoz. Fotos: Alfonso Ohnur.
Realiza: Blanca Unzueta.

Ana Peleteiro con americana negra de doble botonadura Sportmax, culotte, top y deportivas Adidas y calcetines Calzedonia.



Quien diga que los gallegos son indecisos no conoce a Ana Peleteiro. Abierta, directa y brutalmente honesta, la atleta española tiende a expresarse en términos absolutos y jamás ha esquivado una polémica. Poco importa que tenga que ver con sus orígenes, con su raza, con el deporte o con sus decisiones vitales. Peleteiro nació el 2 de diciembre de 1995 en Ribeira, una localidad costera situada en la provincia de La Coruña. Su madre biológica, también gallega, la tuvo en casa y la dejó en el hospital donde sus padres adoptivos fueron a por ella pocos días después. De su padre biológico, en cambio, no tiene información. Orgullosa de su procedencia, no guarda ningún rencor, al contrario, considera la adopción como algo maravilloso y, aunque su familia jamás le ocultó nada, no conoció su historia completa hasta que tuvo edad de preguntar. Expuesta al racismo desde bebé —la primera pareja a la que la ofrecieron en adopción la rechazó por ser mulata—, no es extraño que haya abanderado esta causa desde sus redes sociales. ¿Su máxima? Empezar por una misma, desde los detalles aparentemente más insignificantes, y predicar con el ejemplo, especialmente desde que es madre: “Me crié en una familia española donde todas mis primas tenían el pelo liso y largo, es lo que siempre quise. No aprendí a querer mis rizos, aunque todo el mundo que estaba a mi alrededor los adoraba. Yo los odiaba porque era diferente. Mi hija va a crecer también en ese ambiente, porque mi familia sigue siendo la misma, aunque también tenga a sus hermanas (las hijas de un matrimonio anterior de su marido, el atleta francés y su actual entrenador Benjamin Compaoré) que son todas mestizas y cada una tiene un pelo completamente diferente. Es una maravilla el tema del mestizaje. Pero yo quería darle buen ejemplo a mi hija para que respete su cabello. Por mucho que ahora parece que todas las niñas son iguales: las mismas caras, los mismos pelos, los mismos maquillajes. Una debe de ser una misma. Luego te “tuneas” como te dé la gana, pero acéptate tal y como eres. Y yo no le puedo estar diciendo eso a mi hija y hacerme una queratina”.

La medallista olímpica y campeona de Europa de triple salto en pista cubierta ha documentado ampliamente el proceso de transición de su cabello, como tanta otras experiencias, en su cuenta de Instagram donde, cuando no compete, ejerce de influencer accidental. El suyo no es el típico perfil del deportista aséptico alejado de los focos y centrado en las pistas. Ana Peleteiro ha

hablado sin tapujos de los comentarios de odio que recibe en la redes, sobre todo aquellos que aluden al color de su piel, ha compartido la experiencia de sus embarazos y ha dado explicaciones sobre su decisión de cambiar de entrenador.

En 2024, anunció que dejaría de trabajar con Iván Pedroso, para volver a su tierra junto a su familia y apostar por su marido, Benjamin Compaoré, con quien vivía en París junto a su hija Lúa, nacida en 2022.

¿Cómo tomaste la decisión?

Volver a casa era algo que siempre estuvo en mis planes, pero es cierto que era imposible planteármelo, porque no tenía instalaciones deportivas para entrenar, porque mi entrenador estaba por aquel entonces en Guadalajara... Pero al final del año pasado se dieron varias circunstancias, como que la Xunta de Galicia y el Ayuntamiento de Ribeira hicieran un módulo de pista cubierta para poder entrenar. Y luego también me apetecía un cambio de aires y apostar por Benjamin. Al fin y cabo llevaba dos años viendo cómo entrenaba a sus atletas, me gustaba su manera de pensar y de entender el triple salto. Además, era

una oportunidad doble: para mí, volver a casa y para él, entrenar a una atleta de alto nivel. Tomamos esa decisión con toda la felicidad y alegría del mundo. Pedroso lo entendió desde el primer momento: “Lo raro es que sigas aquí”, le dijo.

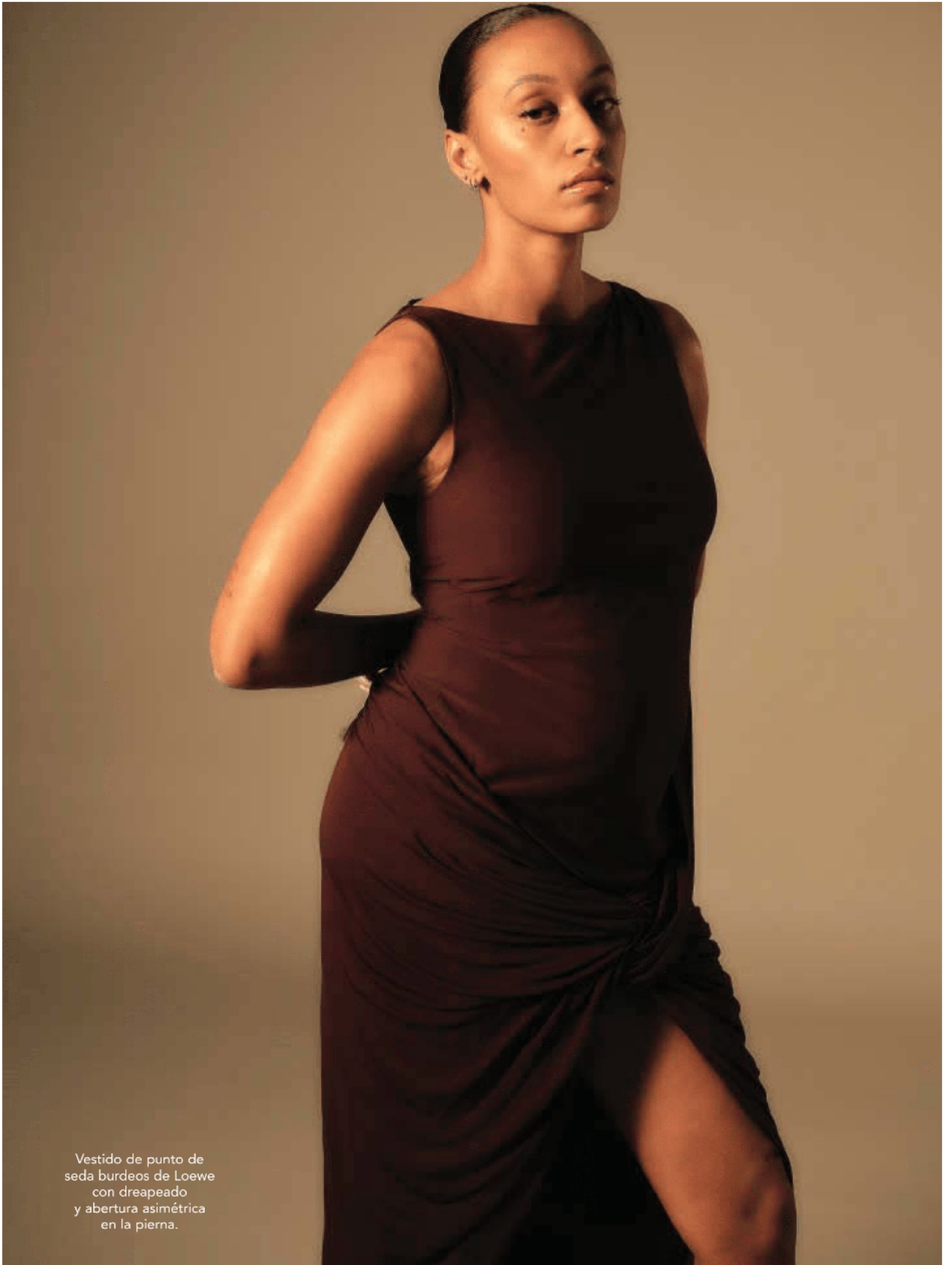
¿Sientes algún tipo de responsabilidad como personaje público?

Creo que sí que tengo una responsabilidad porque al fin y al cabo mi comunidad me apoya muchísimo en todos mis proyectos y eso siempre es de agradecer. Pero también he aprendido a separar muy bien mi vida personal de las redes sociales por salud mental. La gente realmente piensa que está metida en tu casa y tus problemas los hacen suyos, como si fueran

tus amigos de verdad. Así que hace varios años tomé la decisión de reservarme bastantes cosas de mi vida. De todas formas, soy consciente de que tengo una comunidad y de que soy un referente para muchísima gente, por eso también me preocupa en dar un buen ejemplo. Más allá de lo que pueda ser la imagen de una mujer deportista que puede con todo. A mí no me gusta que la gente piense que mi vida es perfecta y que no tengo problemas. Me gusta compartir lo bueno y lo malo. Tanto si me hago una casa y estoy cumpliendo un sueño, como puede ser perder un bebé.

En el verano de 2025, Ana Peleteiro vivía junto a su marido y ahora entrenador uno de los momentos más duros de su vida. La atleta española habla de la pérdida de su bebé, como de todo lo demás, sin circunloquios. Con una

“De mi nuevo embarazo no me preocupan los tiempos. Con mi hija Lúa tuve muchísimo menos tiempo y llegué de sobra. A los 6 meses ya estaba compitiendo, al año fui tercera del mundo de pista cubierta, campeona de Europa al aire libre y medallista olímpica”



Vestido de punto de
seda burdeos de Loewe
con drapeado
y abertura asimétrica
en la pierna.

contundencia que, unida a su trayectoria profesional, consiguen hacerte olvidar que acaba de cumplir 30 años.

¿Ha influido lo que pasó en tu decisión de esperar antes de compartir que vuelves a estar embarazada?

No. Ha sido una decisión que hemos tomado mi marido y yo. Primero, por disfrutarlo en ‘petit comité’. Al fin y al cabo la otra vez tuve que anunciarlo porque decían que no iba al Campeonato de Europa porque no me importaba la Selección y tal. Tuve que decirlo porque estaban difundiendo bulos y mentiras muy fuertes y me parecía muy injusto. Y esta vez quise hacerlo así porque me dio la gana. Aunque también te digo que si nos hubiese pasado algo también lo hubiese compartido, porque vivir una pérdida gestacional en silencio es muy doloroso y muy solitario y creo que compartir una experiencia como hice con la mía ha ayudado a muchísima gente y no me hubiese importado ser otra vez generosa y volver a compartirlo. Obviamente, rezando todos los días para que eso no pasara y protegiéndome de las malas energías, de las envidias y de la gente que piensa con maldad. Pero bueno, ahora que estamos en una zona de mayor seguridad, me apetece compartirlo con la gente. Y aparte por un tema profesional. Lo tengo que contar porque si la gente ve que no estoy compitiendo, van a decir: “Oye, ¿qué pasa?”

Al fin y al cabo se trata de la atleta femenina más conocida de nuestro país, que batió el récord nacional de triple salto en los Juegos Olímpicos de Tokio 2020, celebrados en 2021. Embarazada de nuevo y muy ilusionada, encara 2026 como un año de desafíos que también incluyen una nueva faceta profesional, porque además de la cafetería de especialidad que abrió en Galicia junto a su pareja, la deportista se ha estrenado como conductora de su propio programa de entrevistas. Todo ello sin perder de vista su principal objetivo: llegar a Los Ángeles 2028 en forma y disfrutar de los Juegos Olímpicos con sus dos hijos animando en primera fila. Si tiene miedos, los disimula muy bien. Con la confianza de quien ha aprendido a centrarse sólo en aquello sobre lo que tiene control, la derrota nunca ha entrado en sus planes.

2026 va a ser un año muy diferente...

Tengo muchas ganas de ver a mi hija como una hermana mayor y tengo muchas ganas de volver a ser la Ana que conseguí volver a ser después de mi anterior embarazo y creo que una maternidad sólo me va a dar una mejor versión de mí misma, así que confío en el proceso y en los tiempos, que es lo que voy a tener en mi mano para preparar bien Los Ángeles. Aunque me gustaría volver ya en el 2027, el objetivo, por supuesto, son los Juegos Olímpicos. Llegaré siendo aún joven y me gustaría hacerlo en

forma y disfrutar de unos Juegos Olímpicos esta vez con mis dos hijos en la grada.

¿Cómo vas a llegar para estar en plena forma?

No me preocupan los tiempos porque la verdad es que con Lúa tuve muchísimo menos tiempo y llegué de sobra. A los 6 meses ya estaba compitiendo, al año fui tercera del mundo de pista cubierta, campeona de Europa al aire libre y medallista olímpica, con lo cual, realmente, demostré a la gente y a mí misma que sí que es posible. Y con este embarazo aún voy a tener más tiempo, más de 2 años por delante para poder recuperarme y volver a mi mejor estado de forma. Al fin y al cabo va a estar en mi mano. He seguido un entrenamiento fuerte, duro y estoy concentrada. Obviamente voy a tener que estar mucho más focalizada que sin tener que pasar por un posparto, pero también me pasó con Lúa. O sea que cuando dé a luz toda mi energía la voy a tener que destinar a rendir deportivamente y a mis dos hijos en este caso. Yo creo que hasta me viene bien, ¿sabes? Porque no voy a poder fallar, voy a ser aún más constante y dedicada.

¿Qué es para ti fallar? ¿En qué términos define la derrota una deportista de élite?

A ver, la posibilidad de fallar siempre está ahí. De hecho 2024 fue un año increíble y los Juegos Olímpicos tampoco me salieron como yo me esperaba, pues porque hizo un mal día, tuve la mala suerte de que cuando empecé a saltar ya estaba lloviendo y las medallas se repartieron en el primer salto antes de que empezara la lluvia. Pero eso es algo sobre lo que no tengo control. Lo que sí puedo manejar es el esfuerzo que voy a poner. Nadie te va a garantizar el éxito, pero al menos yo sé que voy a luchar por volver a estar en forma. Tengo la motivación, las ganas y el objetivo clarísimo. Para mí, una derrota es no intentarlo. Cuando lo intentas, ya estás ganando, aunque no sea de la forma que tú querías, pero siempre te vas a llevar algo bueno, un aprendizaje o una experiencia o una vivencia. Para mí perder es quedarme en casa y no intentarlo. Perder hubiese sido no atreverme a enfrentar una maternidad nueva por miedo al qué dirán o por miedo a no ser capaz de volver. Yo siempre quise que mis hijos no se lleven muchos años y nunca he tenido miedo a ser capaz de retomar mi trabajo.

¿Te preocupa que se perciba como una distracción del deporte?

Obviamente te preguntas si te apoyarán los patrocinadores, si estarán de acuerdo, si confiarán en mí... Pero al fin y al cabo, si no lo hacen tampoco depende de mí. En cambio, depende de mí demostrar que sigue habiendo unos objetivos, que hay una responsabilidad y que sigo teniendo ambiciones deportivas. El día que no las tenga seré la primera en decir-

“De niña odiaba mis rizos porque me hacían diferente. Ahora quiero darle un buen ejemplo a mi hija para que respete su cabello y sea ella misma. No tiene sentido decir esto y hacerme la queratina”



En los Juegos Olímpicos de Tokio (2021), Ana Peleteiro ganaba la medalla de bronce y batía el récord de España de triple salto a la vez que su propia marca personal de 14.87.

lo, ¿eh? Porque si yo realmente viese esta maternidad como el final de mi carrera o el final de mi motivación, no podría estar engordando el buche o mintiendo a la cámara. De hecho, me ha costado mucho no contar que estaba embarazada porque, claro, la gente preguntaba y yo sabía que este año, a nivel deportivo, no había objetivos. El único objetivo es traer a mi hijo con salud al mundo y luego ya retomaré el resto.

Te has estrenado en una nueva faceta profesional como presentadora de un programa tipo *late show* con entrevistas. ¿Cómo surgió *Pelelate*? ¿Qué te está pareciendo la experiencia?

La experiencia me está encantando. El mundo de la comunicación siempre me ha gustado y es algo que me decían a menudo: "Tía, tienes que hacer esto, porque se te va a dar muy bien" Pero como que no veía el momento. Ni tenía la infraestructura para poder realizarlo ni me atrevía. Y este año se dieron todas las circunstancias cuando tanto mi agencia Twic como la agencia Genias, que son los que están produciendo el programa, vieron que era una muy buena oportunidad. Además, es que justo cuadró con que yo me quedé emba-

razada, así que este año igual es un buen momento poder entretenerme con otra cosa que me apasione y así aprender algo nuevo.

Y también está la cafetería de especialidad...

Soy consciente de que el deporte es temporal. Hay que tener un plan B siempre. Ha habido tantos casos de deportistas a los que les ha ido mal que ya nos han acojonado el resto, ¿sabes? Nadie quiere que le pase lo mismo. Al fin y al cabo, de repente pasas de ser una persona completamente normal con un salario normal o incluso menor de edad... al éxito. Y lo habitual es que en algún momento de tu vida pierdas un poco la cabeza, a mí me ha pasado. Yo he cometido muchísimos errores. De hecho, una de las personas que mejores consejos me ha dado, también para invertir, fue mi marido. Así que esta vez quería emprender con él y en algo que nos apasionara. Como en nuestra ciudad no había oferta de café de especialidad, nos hacía especial ilusión.

T

(Maquillaje y peluquería: Víctor Maresca (COOL) para Charlotte Tilbury y L'Oreal Professionnel.

Una parte del equipo
de investigación
de la Unidad CRIS
de Terapias Avanzadas
de La Paz, formada
por médicos, biólogos,
bioquímicos,
ingenieros...





“Estamos en un punto de inflexión en la investigación sobre el cáncer infantil en España. La inmunología y la genética han revolucionado la forma en que lo entendemos y lo tratamos”, afirma el jefe de Servicio de Hemato-Oncología Pediátrica del Hospital Universitario La Paz. Pero “es clave -dice- un cambio del modelo sanitario que ponga al paciente y a la investigación en el centro para conseguir acabar con la enfermedad en la próxima década”. Esa es su esperanza.

—Elena Flor. Fotos: Toni Mateu.
Realiza: Raquel Mejías.

PREMIO TELVA A LAS CIENCIAS 2025

Doctor Antonio
Pérez Martínez

Puede que a algunos lectores les suene su cara. Recientemente ha salido en todos los periódicos e informativos porque su departamento ha logrado desarrollar una terapia celular compleja llamada CAR-T Tándem que ha salvado la

vida a 7 niños y adolescentes enfermos de leucemia linfoblástica aguda tipo B, el cáncer más frecuente en la infancia, en los que ya habían fracasado todos los tratamientos previos, incluidos los CAR-T convencionales. Y lo han conseguido en su propio laboratorio de Madrid y con un coste sostenible.

Antonio Pérez Martínez (Granada, 51 años) es jefe del Servicio de Hemato-Oncología Pediátrica del Hospital Universitario La Paz de Madrid y director de la Unidad CRIS de Terapias Avanzadas en Cáncer Infantil. Pero sobre todo es un activista incansable por la investigación, al que no le importa dar la cara cuando hay que abrir debates incómodos como la necesaria reforma del sistema público en lo que se refiere al tratamiento de las enfermedades raras y complejas, como el cáncer infantil.

Como muchos niños de su generación, Antonio quería ser como Félix Rodríguez de la Fuente y estudiar biología, pero cuando su padre enfermó de cáncer decidió ser médico oncólogo para poder curarlo. En quinto de Medicina, en su Granada natal, una niña se cruzó en su camino. “Con una compañera de carrera hacíamos voluntariado en los hospitales, íbamos un rato a jugar con los niños y ahí conocí a Paty (me enseña las fotos que conserva en su móvil de una niña sin pelo, que mira desafiante a la cámara). Era huraña, triste..., una niña huérfana que vivía en el hospital y se lo sabía todo. Tenía toxicidad de la quimio, cara de viejecilla. Me encariñé con ella y un día me la llevé en la moto a ver a los animales del circo, que estaba allí cerca. No fue más de una hora, pero cuando volvimos me calló una bronca tremenda por la imprudencia y no me dejaron verla durante un tiempo. Cuando pregunté de nuevo ya había fallecido. Esa historia se me quedó dentro y decidí ser oncólogo infantil. Luego me di cuenta de que en España esa especialidad no existe”.

Pero usted es hemato-oncólogo infantil, una súperespecialidad. ¿Cómo se llega hasta ahí?

Mi título es de pediatra y ya. Esa es mi especialidad oficial. Al terminar la residencia me fui al St Jude Hospital de Memphis (EEUU) dos años para hacer un postdoctorado en hemato-oncología pediátrica y trasplante

hemato-pediátrico. Esto fue en 2005. Hoy, 20 años después, la especialidad sigue sin existir. Es un atraso que nuestro país a día de hoy siga sin reconocer la realidad del mundo de las especialidades pediátricas, ni la mía, ni la del cardiólogo infantil, ni la del neurólogo infantil...

O sea que el mundo va hacia la superespecialización, pero en España no avanzamos en ese camino.

Al revés, le estamos dando la espalda. Es obvio que la pediatría general tiene que ser excelente, pero sin olvidar la pediatría hiper especializada de los niños con enfermedades raras como el cáncer infantil. Cada año se diagnostican entre 1.000 y 1.500 nuevos casos de cánceres infantiles en niños y adolescentes. Este porcentaje representa el 0.8-1% de todos los casos de cáncer (adulto) en España, irrelevantes para la Administración, para la industria. Pero es la primera causa por enfermedad de muerte infantil en España, unos 250 niños cada año. Sin una formación reglada de especialistas y sin investigación específica no podremos avanzar en el conocimiento de estas enfermedades, que es lo que estos pacientes y sus familias necesitan.

¿Cómo se combina la investigación en terapias avanzadas con la cesión de las competencias en Sanidad a las Comunidades Autónomas?

Para que estas terapias avanzadas lleguen a los pacientes se necesita que España cambie el actual modelo de dispersión territorial de atención clínica, que ahora se hace en más de 40 centros, por el modelo de concentración de los recursos en centros integrales de cáncer pediátrico y del adolescente (*comprehensive childhood and adolescent cancer centers*). En estos 4 o 5 centros estratégicamente distribuidos por todo el territorio nacional es donde debe concentrarse el conocimiento, la práctica asistencial excelente, la investigación de vanguardia y la formación de las futuras generaciones de hematooncólogos infantiles. El mensaje político que se manda a la sociedad es que la cercanía del hospital al domicilio es buena para el enfermo, pero en patologías ultrararas como los cánceres infantiles, es un mensaje envenenado porque genera ineficiencia, inequidad en el acceso a las pruebas diagnósticas, a los últimos tratamientos y a los ensayos clínicos que salvan vidas. Por tanto impacta negativamente en la supervivencia.

¿Quiere decir que las posibilidades de curación de un niño pueden depender de su lugar de nacimiento?

El modelo de dispersión no funciona, penaliza la excelencia y la investigación. No es culpa de la derecha ni de

“En 5º de Medicina hacíamos voluntariado en hospitales y conocí a Paty. Era una niña huraña, triste, que vivía en el hospital. Tenía efectos adversos de la quimio y cara de viejecilla. Me encariñé con ella. Su historia se me quedó dentro y decidí ser oncólogo infantil”

El doctor Antonio Pérez
Martínez es desde
2018 jefe de Servicio
de Hemato-Oncología
Pediátrica en el
Hospital Universitario
La Paz de Madrid.



la izquierda, ni del ministerio ni de las consejerías. Pero hay que abordarlo porque crece la distancia entre los países anglosajones y otros como España. Los diagnósticos son cada vez más complejos, y de manera complementaria a las pruebas citológicas, citométricas, inmunológicas y genéticas, se incorporan nuevas herramientas epigenéticas, proteómicas, funcionales. Son caras, complejas, de difícil interpretación. No todos los hospitales tienen capacidad para hacerlas ni profesionales formados para interpretarlas. Lo que antes era solo una leucemia aguda de diagnóstico citológico, ahora es linfoblástica, B, con un gen de fusión Poder ponerle estos apellidos desde el diagnóstico hace que el tratamiento sea más específico, más eficaz.

Explica el doctor que ninguna fuerza política se atreve a abrir este debate por miedo a perder votos o a que sean medidas impopulares. Y pone el ejemplo: “El mejor centro del mundo de cáncer infantil en su momento en EEUU se puso en Memphis, un lugar alejado de las costas, de los centros de decisión, una ciudad como puede ser aquí Guadalajara o Cuenca. Holanda, con un sistema público, tenía 11 centros para atender a niños con cáncer, y han pasado a uno, el hospital Princess Maxima en Utrech, lo que ha hecho que tengan los mejores resultados en curación del mundo, que sean líderes en investigación y formadores de especialistas. Para eso hay que ser valiente.

como el retinoblastoma, y otros tipos que no curamos nada, como el tumor difuso de tronco (DIPG), los tumores teratoides rabdoides atípicos (ATRT), algunos sarcomas como los desmoplásicos, neuroblastomas de alto riesgo, o los tumores sólidos metastásicos al diagnóstico o tras una primera recaída. No los curábamos hace 30 años y seguimos sin hacerlo. Son muy raros, hay pocos casos y muy poca financiación para estudiarlos. Por eso te digo que hablar de cáncer infantil es simplista. Parece que solo queremos comunicar las buenas noticias, el éxito médico de los tratamientos avanzados, pero la verdadera noticia es que aún hoy estamos atascados y nos queda mucho por hacer.

Aunque se apasiona con la explicación, el doctor Pérez mantiene el tono sosegado y la sonrisa algo triste. En este aparente remanso de paz de su departamento, con 24 camas y paredes blancas decoradas con alegres dibujos infantiles, te cruzas por los pasillos con niños y adolescentes, acompañados de sus padres, en los que los efectos de los tratamientos son evidentes. El saludo de cortesía no oculta el dolor que hay detrás.

¿Cómo contribuye la investigación a curar el cáncer infantil?

Ahora mismo estamos en un punto de inflexión, con nuevas ideas. La inmunología y la genética están revolucionando la forma en que entendemos y tratamos el

“Lo que antes era una leucemia a secas, ahora sabemos si es aguda, linfoblástica, B o con un gen de fusión... Poder ponerle apellidos a un cáncer hace que el tratamiento sea más específico y personalizado, combinando distintas terapias, y que el pronóstico mejore”

Si ponemos al paciente en el centro -añade-, no hay discusión posible. No es igual un neurocirujano que opera 100 tumores cerebrales infantiles al año que el que opera 5. No es igual tratar 100 leucemias al año que tratar 5. Ya no te hablo de terapias génicas, de terapias de CAR-T, de trasplantes... Te pongo un ejemplo. El año pasado estuve trabajando en el Great Ormond St Children's Hospital de Londres, y allí hay todo tipo de especialistas: hematólogos infantiles, oncólogos infantiles, trasplantólogos infantiles, CAR-T infantiles. En un año he hecho en ese hospital 150 trasplantes de médula en niños, prácticamente todos los que se hacen en España en el mismo tiempo, que son 200 repartidos en 11 centros. Con la concentración, el aprendizaje, el bagaje, los números, los ensayos, se aceleran de forma exponencial.

¿Qué tasa de curación hay actualmente?

Aproximadamente un 80%, pero es un dato muy heterogéneo. Hay algunos tumores que se curan casi todos,

cáncer infantil. Sabemos que existen alteraciones genéticas específicas que influyen en el crecimiento y la agresividad de los tumores. Al identificarlas podemos diagnosticar de una forma más precisa, detectar debilidades del tumor que antes pasaban desapercibidas y personalizar el tratamiento, con menos efectos adversos. Se trata de aprovechar el sistema inmunitario del paciente para atacar el cáncer. Por eso mi esperanza es que en una década podamos acabar con todos los cánceres infantiles.

La Fundación CRIS contra el Cáncer ha creado centros de Terapias Avanzadas en distintos centros públicos como La Paz, en un modelo de colaboración público-privada.

Mi equipo y yo tenemos la suerte de contar con este laboratorio que nos ha permitido desarrollar aquí esta nueva terapia CAR-T Tandem gracias a la financiación de CRIS. Sin ellos hubiera sido imposible porque el sistema público paga a los sanitarios -médicos, enfermeros, celado-

res...- pero también hacen falta biólogos, biomédicos, ingenieros... Este ecosistema de excelencia hay que desarrollarlo a nivel nacional, ojalá sea el legado que dejemos a nuevas generaciones de investigadores.

Acaba de recibir, además del Premio TELVA de las Ciencias 2025, el máximo galardón de la Real Academia Nacional de Medicina de España. ¿Qué supone para su carrera?

Los dos premios son un honor. Y sobre todo son un altavoz para difundir que la ciencia es un derecho de los pacientes y que sin investigación la medicina no avanza. Pero no podemos dejarlo todo en manos del Sistema Nacional de Salud, porque no llega. Por desgracia en muchos casos se ha convertido en un apagafuegos que se centra en reducir las listas de espera y dar atención primaria. Es la sociedad civil la que tiene que apoyarnos, los donantes, las empresas, las asociaciones de pacientes, con mucha solidaridad, con iniciativas como la que lidera CRIS contra el cáncer y otras fundaciones que nos ayudan recaudando fondos para la investigación y creando centros de excelencia.

En su IG se puede ver a Antonio participando en cada carrera, en cada concierto, subiendo al Kilimanjaro, mano a mano con otros colegas y activistas como Dani, padre de Isabel, que falleció con 12 años. El doctor Pérez explica con detalle el último avance, el CAR-T Tandem. Fueron 12 niños y adolescentes con leucemia

una leucemia incurable hasta que en Pensilvania un pediatra investigador, Stefan Grupp, y un inmunólogo, Carl June, le ofrecen la posibilidad de entrar en el ensayo clínico de un nuevo tratamiento llamado CAR-T, que habían probado en leucemias de adultos y VIII y había fracasado. Se trata de modificar genéticamente sus linfocitos T, para que reconozcan un tipo de células cancerígenas y las ataquen.

“Emily lo pasó fatal, tuvo muchos efectos adversos que ahora conocemos, pero fue el primer punto de inflexión para lo que luego llegó al resto del mundo y se aprobó en España en 2019”. El nuevo estudio que lidera el doctor Antonio Pérez aborda su principal desafío: si bien los CAR-T han elevado la supervivencia por encima del 90% en ciertos cánceres infantiles, más de la mitad de los pacientes recaen y lo hace porque en muchos casos las células leucémicas dejan de expresar la molécula CD19. Lo novedoso es que la terapia CAR-T Tandem reconoce simultáneamente dos moléculas diferentes: CD19 y CD22, de manera que si el tumor oculta una, la otra es detectada, dificultando la recaída de la enfermedad.

Además de otras muchas cosas es profesor en la Universidad Autónoma de Madrid.

Me gusta mucho la docencia porque el estudiante es la vocación pura, es el que quiere cambiar el mundo, no mira tanto el dinero o la situación social, y es la clave para recuperar el médico investigador, esa visión romántica

“El estudiante es la vocación pura, el que quiere cambiar el mundo, y es la clave para recuperar el médico investigador, esa visión romántica de Don Santiago Ramón y Cajal que tuvo el genio de identificar estructuras que otros no veían y dibujarlas”

en fase avanzada los que recibieron esta innovadora inmunoterapia, y tras un seguimiento de 20 meses, 7 de ellos están vivos, libres de enfermedad y con buena calidad de vida. No son pacientes cualquiera, son niños y adolescentes con nombres propios, como Santi y Dani, en los que habían fracasado todos los tratamientos previos y que arrastran una historia de recaídas y secuelas que afectan a sus familias, que pasan meses alejados de su casa y de sus trabajos, viviendo cerca del hospital. Hoy Santi ha comenzado a trabajar y Dani ha vuelto al colegio. La bendita normalidad.

“No cabe duda de que es una buena noticia -explica Antonio-. Sobre todo porque lo hemos desarrollado aquí, en nuestro laboratorio, con un coste muy inferior, y porque desde que en 2012 salió el caso de Emily Whitehead no había habido ningún otro avance”. Emily era una niña estadounidense de 12 años con

de don Santiago Ramón y Cajal. Él no quería ser médico de niño, quería ser pintor, y tuvo el genio de identificar estructuras que nadie veía, y reflejarlas en sus dibujos.

¿Además de curar el cáncer infantil en la próxima década, cree que se podrá prevenir?

Es pronto para decirlo, pero hay estudios en los que se empieza a evidenciar el medioambiente, el exposoma como elemento que interacciona con las células tumorales ya desde la infancia. Empezamos a incorporar variables importantes en nuestra historia clínica como la geolocalización, y es importante conocer dónde fue concebido el niño, dónde nació y cuándo surge el cáncer y relacionarlos con variables de salud pública (epidemiología ambiental, infecciones, contaminación, etc). Otra vía es el estudio genético familiar, porque a día de hoy conocemos que el 10% de los niños con cáncer presentan alteraciones genéticas complejas, mutaciones que predisponen al cáncer infantil y pueden ser hereditarias. **T**



fiestas

XIV EDICIÓN PREMIOS
TELVA A LAS ARTES
LAS CIENCIAS Y EL DEPORTE

Inteligencia y humanidad

En abundancia y por derecho propio son cualidades que poseen nuestros flamantes premiados TELVA 2025: la cantante y compositora MALÚ; el oncólogo pediátrico DR. ANTONIO PÉREZ y la atleta olímpica ANA PELETEIRO. ¡Enhorabuena!

—Fotos: Flaminia Pelazzi y Luis Camacho.



TRIUNFADORES 2025. La atleta Ana Peleteiro; la cantante y compositora Malú y el oncólogo pediátrico Doctor Antonio Pérez, son nuestros flamantes premiados del Deporte, las Artes y las Ciencias 2025, entregados el 16 de Diciembre en el Palau de les Arts Reina Sofía de Valencia.



1. La presentadora Álex Blanquer condujo el evento. 2. La artista y premiada de la noche Malú con Adelina Giménez, directora de Negocio de TELVA, y otra de las premiadas, la atleta Ana Peleteiro con la entrenadora y empresaria Crys Díaz. 3. El Dr. Camilo Agudelo, Erika Méndez, Antonio Jordán, Mónica Payá, directora general de Emprendimiento e Internacionalización de la Generalitat Valenciana y Cristina Esteban. 4. Malú con Olga Ruiz, directora de TELVA.



Llegada de lujo

Los EV9 y EV6 de Kia trasladaron a algunos de los invitados hasta el Palau de les Arts Reina Sofía. Ambos modelos de la gama EV demuestran que se pueden realizar largos trayectos con toda la familia en un automóvil eléctrico. #MovementThatInspires





5



6



7

5. Lucía Francesch, subdirectora de TELVA con Olga Ruiz y la galerista Ana Serratosa con su marido Javier Vela. 6. Olga Ruiz con los galardonados con sus trofeos: Ana Peleteiro, Malú y el doctor Antonio Pérez. 7. Cristina Tárrega a su llegada a los premios. 8. Loles Cortes, Paloma y Lucía del Portillo y Rosana Oliver. 9. El naviero Vicente Boluda y su mujer Esther Pastor con Remedios Cervantes y Alicia Ors. 10. El tenor Alberto Ballesta, puso en pie al auditorio del Palau con su emotiva interpretación del himno de Valencia.



8



9



10



11

11. La modelo Marta Ortiz. 12. María Martínez-Iturriaga y Olga Román de Berklee School of Music con Lucía Francesch de TELVA. 13. El doctor Pedro Cavadas junto a su mujer Naima Alaouia y Olga Ruiz.



12



13



1. Irene Villa con David Serrato. 2. Lucía Asensio, Beatriz Maset y Alexandra Malikova. 3. David Fernández director general de ROC, Adelina Gimenez de TELVA, y Arantxa Iruzum. 4. Maite Marín, la Dra. Elena Labarta, Julio Zaragoza y el Dr. Ernesto Bosch. 5. El Dr. Adolfo de Prados y la Dra. Juana Crespo. 6. Jesús Arrúe, Cristina Esteban, M^a Ángeles Redondo, Rafael Olmos y Mónica Payá, directora general de Emprendimiento e Internacionalización de la Generalitat. 7. Eve e Inma Lorente de Eve Children con Cristina Larraondo de TELVA. 8. Susana Sanchís, Carmen de Rosa y Mayrén Beneito. 9. Lorena Oliver, de Las Bodas de Araventum, artífice de la fiesta, con Rafael Olmos, Juan Carlos Caballero y María Marco.



10. Miguel Ángel Hernández y Leticia Peiró, de Bodegas Murviedro, con Marcos Martínez de UE. 11. Sergio Puig, Angel Luna, Inma Cuñat y Raquel Sánchez.



12. Noemí Garzón y Marcos de la Fuente de UE, con Amparo Ortuño. 13. Begoña Donat con César Suárez y Cristina Larraondo de TELVA.



Un cóctel 10

Gourmet Catering & Eventos deleitó a los invitados con una exquisita selección de productos acompañados por los mejores vinos de Bodegas Murviedro.



14



15



16



17

14. El Dr. Marco Romagnoli y su equipo. 15. Marta Ortiz con su madre. 16. Arantxa Pérez Pous, Elena Ravello, el Dr. Antonio Pérez con su mujer Beatriz Segura, Ana García-Rivera y Lucía Asensio 17. Ignacio Gómez Trenor del IVI con su mujer Carolina Gil, GM del Gran Hotel Centenari. 18. Paula Maiques, directora creativa de Isabel Sanchís con su marido. 19. Almudena la Fuente, Stefania Radoslavo e Ignacio Sancho.



18



19



20



21

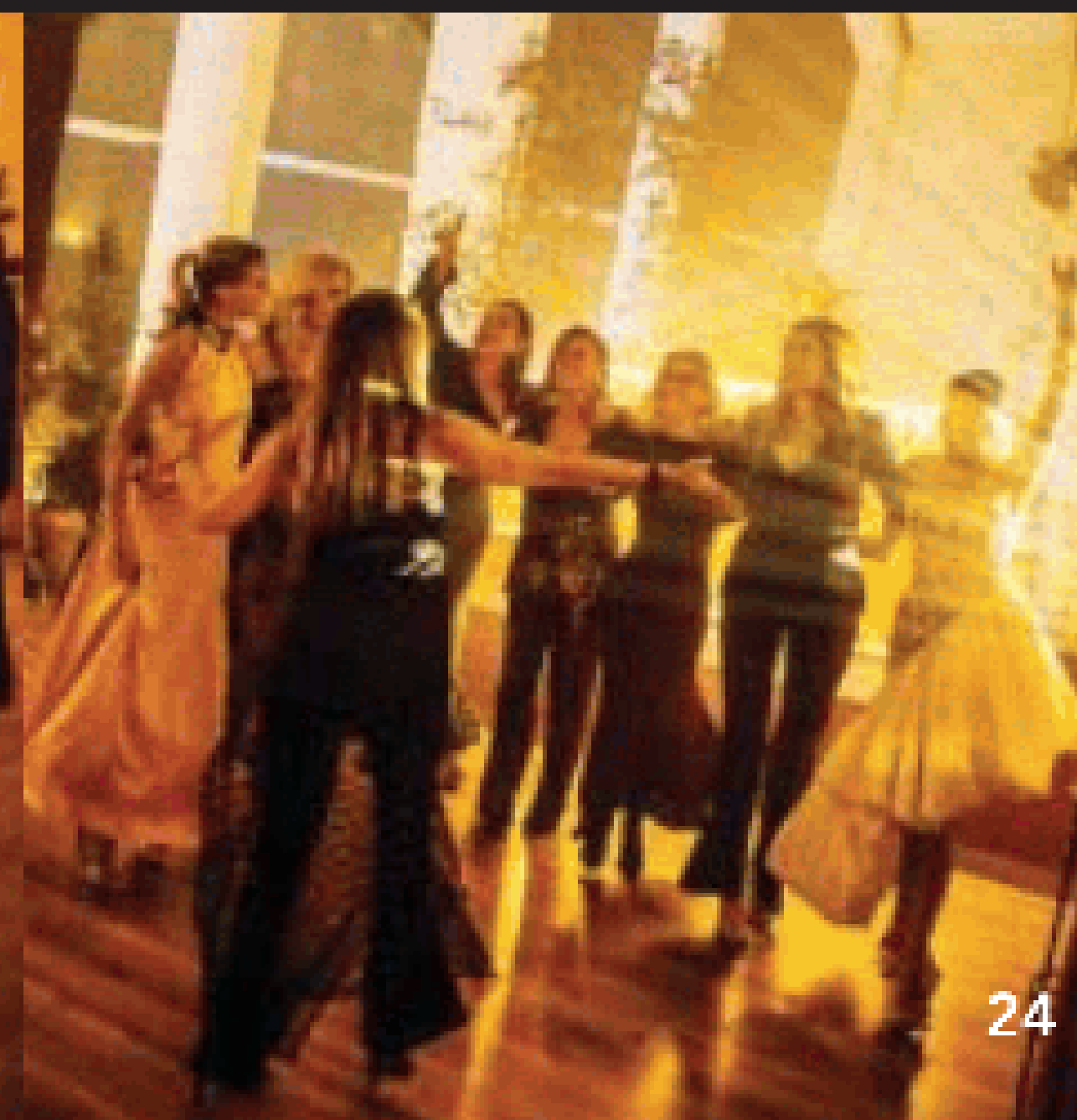
20 Gonzalo Ponce de León y Mar Moreno de UE con Leticia Valera. 21. Juan Carlos Gómez Pantoja, Sonia Bas, Concha Hernández y César Miguel. 22. Rafael Olmos, M^a Ángeles Fayos y Jorge Culla. 23. El diseñador Alejandro Resta, María Gonzálbez, Cristina Resta, Mariam Cavero y Sebastien Pailley. 24. Algunas invitadas a los Premios TELVA a las Ciencias, Artes y Deporte. 25. Jorge Silvestre DJ de Audioprobe.



22



23



24



25



26

26. Cristina Gornati, Andrea García, Úrsula Tejera y Carolina Alonso de Unidad Editorial.

27. Manuel Felis, de Porcelanosa, y acompañante.

28. Araceli Bazán y Diego Pereira. 29. Vicen Fernández, Lucía Aparicio, Cary Fragueiro y Neus Mira.



27



28



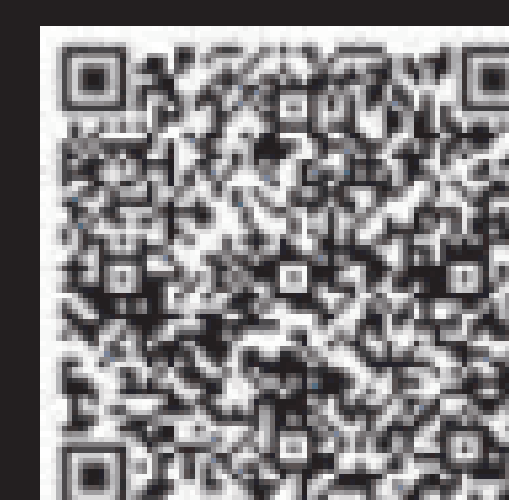
29



Las copas

Desgustar una copa de **Ron Legendario**, el ron artesanal de Cuba, al ritmo de la música del DJ Jorge Silvestre, puso el broche de oro a la fiesta.

Agradecimientos: Las bodas de Araventum; Generalitat Valenciana; MR Grupo Médico; Bodegas Murviedro; IV; Balance by IMED hospitales; KIA; Gourmet Catering & Eventos; La guinda de tu fiesta; Flores la Tartana; Audioprobe y Ron Legendario; Carlos Moreno Plaza de Lancôme y Gran Hotel Centenari.



Más información de la fiesta en este QR.

decoración

En Roma, una casa *alla Sole*

Al igual que su suegro, el famoso pintor Cy Twombly, pero 40 años después, SOLEDAD TWOMBLY llegó a Roma para habitar un palacio del s. XVII. Diseñadora trotamundos, nos recibe en el palazzo D' Aste Sterbini. “En casa mis hijos me toman el pelo porque dicen que a todo le paso polvo de tiza y en los talleres de Como, donde diseñan mis estampados, les pido: ¡póngales algo de vejez!”

—Marta de la Calzada. Fotos: Robyn Lea.

UN KIMONO EN MI SALÓN

"El contraste entre lo contemporáneo y lo antiguo es mi gran fascinación", dice Soledad. Un gusto que refleja en esta estancia donde un tapiz italiano del s.XVIII guarda las espaldas a un caftán del s.XIX que compró en Uzbekistán y restauró con forro a contraste. La obra gráfica: diseño sobre papel de Alessandro Twombly.





“Cuando llego a una habitación de hotel también necesito customizarla para que sea *alla Sole*. Cuelgo algo lindo si lo veo demasiado aséptico. La convierto en mi mundo. Incluso he llegado a dejar ideas de tejidos y notas para los decoradores”, reconoce Soledad Twombly. “Para mí todo es transformable. En un ataque de desesperación puedo ir a Ikea y comprar algo para apoyar, pero lo cubro o lo pinto de otro color”

MEZCLA Y VENCERÁS

Tetera y platillos que vinieron con ella tras un viaje a Uzbekistán. Mantel teñido con técnica Ikat y bandeja creada añadiendo un espejo ahumado a un marco francés del s. XVIII.



EL ARTISTA
VIVE EN CASA

En el comedor llama la atención esta serie de obras de arte en acrílico sobre papel firmadas por su marido, Alessandro Twombly en 2018. Nacido en Roma, es hijo del reconocido pintor norteamericano Cy Twombly (fallecido en Roma en 2011).



PALACIO, MUSEO

Obra del artista brasileño Jay Janner quien "solo hace retratos a sus amigos, así que es un lujo serlo", reconoce Soledad, que le ha puesto un marco italiano del s.XVI. En la otra página, dormitorio de invitados decorado con colchas de la artista Isabella Ducrot y acrílicos sobre tela pintados por Alessandro Twombly en 2005. A la dcha., obra sobre papel (1975) de Cy Twombly.

“Mi suegro Cy se mudó a Italia en los años 50 junto a otro grupo de artistas importantes, particularmente pasaba mucho tiempo con Robert Rauschenberg. Era un pintor abstracto, pero para mí su obra es poesía”





LAS HUELLAS DEL VIAJE

Maletas apiladas herencia de familia y sucesión de caftanes del s.XIX de Uzbekistán que Soledad cuelga en la pared de la galería como si fueran cuadros. "Esta galería la diseñé yo, era el pasadizo de servicio hacia las habitaciones y lo pensé como un corredor de un barco de los años 20", explica su propietaria.



La Roma de Sorrentino, la de Fellini o la de Vittorio de Sica. Todos los caminos conducen a Roma, pero hay un “imperio romano” propio de cada uno que la habita. Quien carga las tintas en la vía Veneto de la *Dolce Vita*, quien se topa con una encrucijada al llegar a ese punto intermedio en que le roban la bicicleta a Antonio en *El ladrón de bicicletas*. Explosiva es la salsa *all'arrabbiata*, tan contundente como la Roma “alla Sole”. Así define la ciudad en la que la diseñadora argentina Soledad Twombly se instaló en 1999 con su marido, Alessandro, y sus dos hijos, Caio y Maia. Su Roma es la del s. XVII, marcada por la arquitectura del palacio familiar en el que viven, Palazzo D'Aste Sterbini, en plena vía di Monserato. A Roma llegó Soledad tras años viviendo en el Nueva York de los 80: Andy Warhol, Basquiat, incontables *lofts*, el auge de las galerías que se mudaban al Downtown y la moda con la que se independizaba la mujer ejecutiva. También fue donde consolidó su historia de amor con el que hoy es su marido, Alessandro, hijo del famoso pintor estadounidense Cy Twombly. “Mis hijos eran minúsculos. Mira, esa palabra no la podríamos haber dicho en inglés. *Tiny, tiny, tiny*, pero no es lo mismo. Cinco meses la niña y Caio tenía dos años y medio cuando los traje desde Nueva York y les quise dar una casa donde tuviesen todos sus antecedentes juntos, que vivieran en ese milagro que es lo internacional. Lo cosmopolita. En casa hablamos cuatro idiomas: inglés, es el que tenemos en común todos; mi abuela era vasca y nos obligaba a hablar francés, así que el francés es un idioma que también hemos desarrollado; el italiano, obviamente viviendo *acá*, y el español”, dice con la entonación particular de quien atesora una infancia en la Pampa. “Los espacios aquí son grandes, no existe la claustrofobia porque este es un palacio del siglo XVII. Los techos son altos, hay mucha ventana y recibimos mucho sol del sur. Algo que tiene Roma es que siempre se levanta un aire que se llama el ponenti-

MISCELÁNEA: MEZCLA DE SIGLOS Y TEXTURAS

Izda., guante Luis XV sobre textil francés del s. XVII. Arriba, gilet indio reversible vintage en seda bordada con hilo de plata del s. XVIII sobre falda de cashmere de Pakistán. En la pared, fragmento de una obra de Tsabella Ducrot (“Terra e Mare”, 2001).



LA CUOTA JUSTA DE CHINOISERIE

La sofisticación del arte japonés se despliega sobre este biombo del s.XIX. La consola antigua italiana es del s.XVIII y la escultura en cerámica de la pared de Giuseppe Ducrot (2023). Sobre la silla, manta en seda y cashmere bordada por Soledad Twombly.

tiguos que incorporar a las prendas. Lo mismo con los muebles, si encontraba algún pedazo que podía sustituir en un apoyabrazos, también lo hacía". Vivir en el mismo espacio en el que trabaja no es un inconveniente "porque cuando eres artista no se considera como un trabajo, sino que es un 24 horas. Es muy difícil diferenciar porque como todo está en tu cabeza, nunca sales de ella. Es muy difícil separar. Hice la prueba de alquilar un lugar para el verano totalmente aséptico, y terminé convirtiéndolo en otra extensión de mi casa privada. Empecé llevando un almohadón y terminé convirtiendo este espacio que quería completamente aséptico en otro espacio *alla Soledad*". Tiene la receta para mezclar *prints*, "rayas con otras rayas con flores, pero todo coherente, que no agobie, no asfixie. Con una pátina de tiempo arriba. En casa, mis hijos me toman el pelo porque dicen que a todo le paso algo parecido al polvo de tiza. En los talleres de Como, donde mando diseñar mis estampados, también les digo, póngales un poco de vejez, bórrenle un poco el diseño. Mi última incorporación a la casa ha sido un marco del siglo XVI en madera de sándalo, gigante, tendrá 4 metros de altura, para una obra

contemporánea italiana de Daniel Emilio. Y eso es un contraste totalmente representativo de mí". En via Giulia compra los muebles en los anticuarios que todavía quedan, y los coloca muy pegados a la pared "como hacían mis padres para dejar espacio suficiente para bailar tango". En esta pista de baile, el arte adorna las paredes. "Me gusta mucho un artista joven que se llama Leonardo Meoni. Tendrá 30 años y trabaja sobre terciopelo, le auguro un grandísimo futuro porque logra hacer escultura en cuadros. Tenemos una fundación de arte, Fondazione Iris, a una hora de Roma, en lo que era el primer estudio de mi suegro. Vienen a hacer residencia artistas de los que termino comprando una muestra de lo que ellos han producido durante su estancia. Por supuesto, me rodea la obra de mi marido y mi suegro. Y, entre todo ello, una obra que prevalece: la primera que adquirí con 18 años. Gané un concurso de diseño que consistía en un poco de dinero y la posibilidad de que una empresa te contratara. Lo primero que hice fue comprarme una obra de arte. Un dibujo de Lucio Fontana. Lo encontré en una subasta en Buenos Aires de una familia que estaba vendiendo todo porque no tenían herederos. Invertí todo lo que tenía. Hice una oferta y tuve suerte. Y partí a Nueva York con mi cuadro. Era la forma de conquistar Nueva York, con un Lucio Fontana como maleta".

T

no, que desempolva la cosa antigua y da una frescura mediterránea momentánea muy linda de dos horas".

A Roma llegó también su suegro desde EE.UU en 1957. "Cy se mudó a Italia en los años 50 junto a otro grupo de artistas importantes, particularmente pasaba mucho tiempo con Robert Rauschenberg, que también vino en esa época. Cy era un pintor abstracto, pero para mí su obra es poesía en pintura. Extremadamente intelectual, un grandísimo lector y un amante del arte griego y romano. Un enorme carisma. También su mujer, la baronesa Tatia Franchiti, mi suegra, era increíblemente artística. Y su hijo es para mí uno de los mejores artistas contemporáneos de hoy. En este ambiente con tanta inspiración, ¡imagínate todo mi lado derecho del cerebro! En esta familia no tenemos ningún neurocientífico. Fueron ellos quienes me animaron a crear mi propia marca de ropa. Yo viajaba por Samarcanda, por Uzbekistán, Irán o Rajastán, lugares que desgraciadamente por razones políticas ya no es tan fácil ir y tampoco te dan ganas, porque cuando has estado ahí en momentos de libertad no quieres ir en los de incertidumbre, y conseguía tejidos y prendas que recomponía con las artesanas que tengo alrededor. No necesariamente para venderlos, sino que me los ponía para una fiesta o los colgaba como esculturas en una habitación. Qué bueno esta cuestión de poder restaurar pedazos de textiles an-



NORDFISH
Gran selección

**AHUMADOS
NORDFISH:**

27 Años
Dedicados a los ahumados y salazones

*Calidad.
Tradición artesanal y
Sostenibilidad*

Longevidad

últimos hallazgos

Ya no basta con comer sano, dormir o hacer ejercicio para vivir más y mejor. La ciencia emergente habla de limpieza celular, medicina personalizada, modificar el ritmo biológico o rejuvenecer las células. Los mejores expertos nos lo explican.

—Lucía Heredero.

Aunque llevamos tiempo hablando de longevidad –vivir más años con mejor calidad, vitalidad y salud–, este sigue siendo un tema candente en la industria de la cosmética y del bienestar. El grupo Shiseido fue pionero en hablar de la “*generación silver*”, aquella con alto poder adquisitivo para comprar cosmética de lujo, hacerse tratamientos de belleza o acudir a un retiro *wellness*. Hoy, muchas marcas ponen el foco en esas mujeres de 60-70 años que quieren cuidarse y que tienen posibilidades de hacerlo. Porque envejecer de forma saludable es el nuevo símbolo de estatus.



Óleo sobre lienzo, 30x40 cm. 2026
de la artista **Sonia Morales**: @sonia__morales
studiosoniamorales.com.
Expo: *Leftover Beauties* hasta el 27 de febrero en
Arte Efímero Salón (Hernán Cortés, 4. Madrid).

Las hormonas que nos protegen

España: destino longevo

SEGÚN UN RECIENTE INFORME DEL *GLOBAL WELLNESS INSTITUTE*, ESPAÑA OCUPA LA POSICIÓN 13 ENTRE LOS PRINCIPALES DESTINOS DE TURISMO DE BIENESTAR

Ya desde 1900 la cultura de los balnearios e ir a “tomar las aguas medicinales” nos situaba en una de las primeras posiciones europeas. En pleno siglo XXI, los medi-spas –nuevo concepto basado en la medicina especializada que sustituye al clásico circuito de aguas–, son el reclamo que atrae a personas de todo el mundo. Palasiet Wellness Clinic (Benicàssim), Sha Wellness Clinic y Clínica Zen (Alicante), Clínica Buchinger (Marbella), Progevita Resort (Valencia) o Las Caldas (Asturias), son algunos claros ejemplos. En 2027 se les unirán la Clínica Lasenhof, originaria de Alemania, o el Wellness & Clinic Resort Incosol (ambos en la Costa del Sol). En estos lugares, además de un equipo médico que te realiza una analítica y chequeo completo, encontrarás la última aparatología en rejuvenecimiento, los huertos propios para que la comida sea lo más sana

posible y el contacto con la naturaleza para poderte evadir del estrés.

En medio de todo este *boom* por la longevidad saludable organizaciones internacionales han declarado a España (y en concreto, a Leganés en Madrid), como la segunda ‘Zona Azul’ del mundo (las zonas azules determinan el número de personas con más de cien años), después de Japón. Sabemos que el estilo de vida es más importante que la genética (la genética solo supone un 20%) y en España se dan los factores que determinan una buena calidad de vida; comida kilómetro cero, relaciones sociales y actividad física. Los expertos incluyen un cuarto factor; la meditación, que en nuestra cultura católica se podría comparar con rezar.

En base a esta tendencia longeva Madrid acogió hace unos meses la “Cumbre de Longevidad”, con la participación de 500 especialistas de todo el mundo. Michael Ringel, director de Operaciones en *Life Biosciences* –empresa líder en terapias de rejuvenecimiento celular– fue claro; “La longevidad se va a enfocar en la reprogramación epigenética parcial que permitirá revertir el daño celular en su origen”.

“SABEMOS QUE EL BIENESTAR EN LA PERIMENOPAUSIA Y LA MENOPAUSIA NO DEPENDEN SÓLO DE LAS HORMONAS, SINO DEL EQUILIBRIO GLOBAL DEL ORGANISMO”

nos explica la doctora Mariel Silva directora médica y experta en *Healthy Ageing* de Sha Spain.

En sustitución a los controvertidos pellets hormonales (la Agencia Española de Medicamentos no los autoriza en nuestro país), médicos de reconocido prestigio como el doctor Mera aconsejan las cremas transdérmicas. Estas cremas o geles son fórmulas magistrales diseñadas para atravesar la piel y alcanzar la circulación, permitiendo una absorción controlada y monitorizada de aquellas hormonas que empiezan a escasear en nuestro organismo al llegar a la menopausia. En Sha Wellness Clinic cuentan con una *Unidad de Salud de la Mujer* donde realizan una valoración hormonal completa (a través de una analítica) y, cuando corresponde, se prescriben formulaciones bioidénticas transdérmicas (en forma de crema o gel) elaboradas por farmacias autorizadas. “Este fármaco cosmético se aplica en los antebrazos, abdomen y parte interna de los muslos donde la absorción es mayor. Estas terapias se integran siempre en un plan clínico supervisado y forman parte de un enfoque más amplio, que incluye salud metabólica, microbiota, sueño, estrés y salud ósea.

La ciencia utiliza la nutrición como una herramienta que reduce el riesgo de enfermedades crónicas apoyándose en la regeneración celular (autofagia, senolíticos, NAD+) y la hiperpersonalización (nutriepigenética)

Sueroterapia, ¿qué es?

Puede asustar en un principio porque se trata de un tratamiento médico que consiste en la administración intravenosa de sueros con vitaminas, minerales, antioxidantes y NAD (coenzima que repara el ADN) para fortalecer el sistema inmune y promover el bienestar general (potenciar la energía y crear un escudo frente a las enfermedades). “Con esta administración en vena (durante una hora), se evita perjudicar al sistema digestivo y se garantiza una absorción casi del 100%. En casos de pacientes con tratamientos de quimioterapia, la sueroterapia de vitamina C personalizada les ayuda a una mejor recuperación y a mantener su sistema inmunológico fuerte”, explica el doctor Óscar Aguilera biólogo molecular y Asesor Metabólico en Clínica ITYOS (Madrid). Pero, aunque se ha puesto de moda entre algunos rostros famosos, su administración no es banal, es un tratamiento médico (no estético, no esperes una piel ¡más glow!) que requiere una analítica previa para determinar cómo está tu organismo y qué es lo que te falta. Después del tratamiento puedes notar un ligero mareo o cansancio por lo que no se aconseja tener mucha actividad posterior. Otros centros donde aplican sueroterapia médica y supervisada son la Clínica Buchinger (Marbella) y Zem Wellness Clinic (Altea), lugares en los cuales el paciente permanece varios días y puede llevar una vida relajada.

Estirar: la última tendencia saludable

JENNIFER ANISTON, WILL SMITH O GWYNETH PALTROW SON ASIDUOS A ESTA NUEVA DISCIPLINA QUE ACABA DE ATERRIZAR EN MADRID.

Elena Morales fisioterapeuta, osteópata y una de las fundadoras del centro denominado Estira. (Serrano, 58), nos indica que este método también potencia la fuerza de nuestros músculos. “El estiramiento asistido (*stretch therapists*) ofrece sesiones guiadas por fisioterapeutas que ajustan los estiramientos para adaptarse a tu cuerpo y a tus posibilidades. Su objetivo es recuperar y mantener la movilidad, elasticidad y libertad de movimientos creando un músculo flexible y sin rigidez. Un músculo estirado tiene más capacidad de contracción y desarrolla más la potencia y, por lo tanto, podemos decir que tendrá más fuerza, incluso con menos esfuerzo”. La técnica *Estiro* ayuda

a recolocar el cuerpo reduciendo dolor y tensión muscular. Con una mayor flexibilidad, se minimiza el riesgo de lesiones en deportes o gestos cotidianos.

Por su parte, el doctor Jorge Soto –dermatólogo del GEDET, de la Policlínica Gipuzkoa y de la clínica Dermagunc en San Sebastián– indica que el equilibrio entre fuerza, cardio y estiramientos es básico. “La actividad de fuerza produce mioquinas, proteínas y péptidos que el músculo libera durante la contracción para actuar como mensajeros en el cuerpo, mejorando el metabolismo de la glucosa y las grasas, la función cerebral, la reducción de la inflamación y el refuerzo del sistema inmunológico”.

Longevidad emocional

ESTE TÉRMINO ES EL QUE MÁS ESTÁ CRECIENDO,

según las ponencias del Congreso de Longevidad de Madrid. El estrés crónico al que nos sometemos acelera el envejecimiento celular e incrementa la inflamación. La respiración consciente, la meditación en movimiento como el taichi y el yoga (ejercicio igualmente ancestral que conecta mente y cuerpo), así como las conexiones sociales (quedar con amigos o relacionarse con las personas más cercanas), son hábitos saludables que deberían protagonizar nuestras vidas. Los retiros de yoga se han puesto de moda en muchos hoteles. En 2025 la demanda creció un 35% y se prevé que aumente en 2026 por la búsqueda del bienestar integral y la desconexión digital.

Detectar enfermedades antes de que aparezcan

LA MEDICINA DE LONGEVIDAD SE BASA EN LA PREVENCIÓN.

Con análisis avanzados de biomarcadores, genómica, epigenética y metabolismo, los especialistas pueden anticiparse a muchas enfermedades. La Clínica Longevitytum (Felix Boix,14, Madrid), da estas pautas: realizar un mapeo exhaustivo de la inflamación silenciosa, una lectura epigenética del envejecimiento biológico, análisis metabólicos para identificar escenarios prepatológicos, evaluar el sistema inmune, parámetros de vitamina D, microbiota, cortisol, sueño o calidad del ejercicio, reequilibrar las hormonas, optimizar el estilo de vida y controlar estrés oxidativo y el daño del ADN.

La claridad mental

ESTUDIOS CIENTÍFICOS AVALADOS POR DIFERENTES UNIVERSIDADES

han demostrado que el ayuno terapéutico (autofagia que realiza una limpieza celular) ayuda, no solo a limpiar el organismo sino también a limpiar la mente para envejecer mejor. Los residuos celulares favorecen enfermedades neurodegenerativas, metabólicas, incluso cáncer. Escritores y artistas practican el ayuno terapéutico guiado y medicalizado en lugares de reconocido prestigio como las Clínicas Buchinger (Marbella y Lago Constanza en Alemania). “Tras unos días de ayuno, los pacientes hablan de una sorprendente claridad mental, como si se les hubiera quitado un peso de encima. El sueño se vuelve más profundo, la tensión disminuye y los pensamientos se ordenan”, nos cuenta Victor Wilhelmi, director de la clínica marbellí. “El ayuno favorece neurotransmisores como la serotonina y las endorfinas, elevando el ánimo. Muchos experimentan un discreto “subidón”, más ligereza, menos inquietud y, el bienestar físico y emocional aumenta notablemente”.

Anillos inteligentes: el accesorio de moda

Es lo último para monitorear silenciosamente tu bienestar. Rastreador la frecuencia cardíaca, la calidad del sueño, las horas que duermes profundamente, los niveles de estrés y la temperatura corporal sin tener que realizar ningún esfuerzo.

A diferencia de los voluminosos smartwatches, estos diminutos dispositivos se fabrican en forma de sortija que pasa bastante desapercibida y ayudan a detectar problemas de salud antes de que se conviertan en algo más serio.

El precio oscila entre 300 y 800 euros. *Oura*, *Samsung Galaxy* o *Bvlgari*, son algunas de las marcas que los comercializan. Los deportistas de élite utilizan estos anillos incluso para monitorizar la recuperación de sus lesiones.

Dormir 8 horas (o más)

LA PESADILLA DEL INSOMNIO EN EDADES MADURAS ACECHA A MÁS DE LA MITAD DE LA POBLACIÓN.

Dormir bien es la “intervención anti-aging” más barata pero a veces, la más, complicada. España e Italia son los países donde menos se duerme de Europa (unas 7 horas) y Alemania y Polonia donde más (8,30). La hora en la que nos metemos en la cama es determinante para tener un sueño profundo. Según un estudio basado en datos de la aplicación Zepp, las personas que se acuestan entre las 22:00 y 22:30 tienen un sueño más profundo que las que lo hacen a partir de las 24.00. “Durante la fase profunda del sueño, se activa el proceso de glicólisis cerebral que limpia toxinas y ayuda a un mejor descanso además de reparar la piel y reequilibrar la hormona del cortisol. Con el sueño REM se consolida la memoria y se regulan emociones. Por ello, la calidad del sueño es tan importante como la cantidad”, informa la doctora Alba García Aragón, integrante de Sleep Project (empresa que realiza retiros de sueño en el Hotel Meridien Ra junto con Core Essence). Hoy se sabe que un adulto debe dormir 8 horas y un deportista 9. Para facilitar el sueño, el magnesio y la glicina pueden ser buenos aliados. “No hay que caer en el error de tomar melatonina que solo

debería usarse para trastornos del ciclo circadiano y jet-lag”, apunta la doctora García Aragón. “Un invento para regular los ritmos circadianos son las gafas con cristales anaranjados que facilitan el sueño. Debes usarlas un par de horas antes de irte a dormir”, prosigue. La luz de pantallas y dispositivos es uno de los grandes enemigos del sueño. Las gafas bloqueadoras de luz azul se han popularizado entre quienes consumen muchas horas de pantalla por la noche. Utilizando estas gafas en las últimas horas del día, tu cerebro entenderá que ya es de noche favoreciendo una transición más suave hacia el descanso.

Estudiar blindar tu salud cerebral

UN RECIENTE ESTUDIO PUBLICADO EN LA REVISTA “NATURE AGING” Y REALIZADO CON 86.000 PERSONAS DE 27 PAÍSES,

determina que ser multilingüe es un seguro de salud cerebral. Hablar una lengua además de la materna, favorece un envejecimiento más lento. Además el efecto es acumulativo; dos y tres lenguas, pueden resultar una estrategia de envejecimiento súper saludable. Este estudio ha sido liderado por Agustín Ibáñez, investigador del *Global Health Institute del Trinity College* en Dublín que analizó a personas entre 52 y 90 años. Tras observar diversos parámetros se determinó que las participantes que hablaban dos lenguas mantenían una mejor función cognitiva y la probabilidad de un menor deterioro a largo plazo.

Cosmética molecular que trabaja en la célula

ES OBVIO QUE EL RETO NO ES VIVIR MÁS SINO VIVIR MEJOR, SIN ENFERMEDADES Y CON UN AGRADABLE ASPECTO EXTERIOR.

El enfoque de *L'Oréal Groupe* se basa en que la salud de la piel es un indicador vital del bienestar general y un predictor de futuras enfermedades. Eva Peláez, General Manager de Lancôme, afirma que “los cambios en la textura, pigmentación o elasticidad de la piel pueden ser indicativos de problemas de salud subyacentes, lo que la convierte en una valiosa herramienta de diagnóstico. Abordamos las causas del envejecimiento de la piel a nivel celular y molecular antes de que aparezcan los signos visibles, en lugar de actuar sobre problemas evidentes”.

Lancôme dispone de un diagnóstico de piel con IA (El Corte Inglés), que permite medir firmeza, arrugas, manchas o textura, y a partir de ahí diseñar protocolos que respondan a la edad biológica de la piel (no solo a la cronológica). “Analizamos más de 260 biomarcadores de longevidad de la piel. Este mapeo biológico de las vías de longevidad de la piel y el cabello es el primero en la industria de la belleza. También utilizamos tecnología de laboratorio mediante un chip para medir biomarcadores de longevidad de la piel en menos de cinco minutos, creando un perfil de envejecimiento cutáneo único para el consumidor”.

Suplementación hiperpersonalizada

CARLOS MORALES, DIRECTOR DE *AURORA INTELLIGENT NUTRITION* SE CENTRA EN LA MEDICINA PREVENTIVA Y EN LA SALUD CELULAR COMO PARADIGMA PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA

“Los nuevos ingredientes que están marcando el futuro son los senolíticos (compuestos que buscan eliminar las células senescentes que ya no se dividen pero que causan inflamación) y el NAD+ (una coenzima vital para el metabolismo energético celular y la reparación del ADN, cuyos niveles decaen drásticamente con la edad)”, apunta Morales. “Un proceso clave es la autofagia, sistema natural de limpieza y reciclaje de las propias células. Cuando la autofagia funciona mal, los desechos celulares se acumulan y las células envejecen peor. Optimizar este proceso de regeneración con ciertos polifenoles (por ejemplo, el resveratrol) y aportar proteínas de calidad para prevenir

la pérdida de músculo (con arginina y glutamina), es clave. Para conseguirlo, debemos apostar por la suplementación hiperpersonalizada. Los suplementos nutricionales no pueden ser iguales para todos. El futuro es la nutrición basada en datos biomiméticos (análisis de ácidos grasos en sangre) y estudiar qué nutrientes específicos influyen en la expresión de nuestros genes. Por tanto, las claves científicas para la longevidad se centran en usar la nutrición como una herramienta que reduce el riesgo de enfermedades crónicas apoyándose en la regeneración celular (autofagia, senolíticos, NAD+) y la hiperpersonalización (nutriepigenética)”, finaliza. **T**



Cosmética por la longevidad

1. Longevity Eye Contour Re-Nutriv Ultimate Diamond, Estée Lauder (240 €).
2. Concentrated Supreme Cream Vital Perfection, Shiseido (185 €).
3. Sérum Essentiel Longévité Sisleya, Sisley (509 €).
4. Premium Le Sérums Absolu, Lierac (95 €).
5. Luxmetique Longevity. Reduce el diámetro de los vasos linfáticos relajados por la edad (42,95 €).
6. Absolue Longevity Soft, Lancôme (350 €).
7. Life Matrix Cream, La Prairie. (1.770 €).



ESA ICÓNICA MEDIA MELENA

Trucos para resolver *Bad Hair Days*; cambios de look que es mejor olvidar; tendencias que explorar... En un proyecto de TELVA para L'ORÉAL PROFESSIONNEL la empresaria y creadora de contenido Alexandra Pereira nos cuenta sus trucos para mantener el pelo sano, bonito y en sintonía con su etapa vital.

—Mamen Infante.
Fotos: Charly Calderón.
Realiza: Almudena Carnicero.
Dirección creativa: Verónica González.

Sleek beauty

Alisado y ultrapulido, este peinado sofisticado e ilumina los rasgos de Alexandra. Una fibra que refleja tanta luz es posible gracias al **Aceite Concentrado Metal Detox** de L'Oréal Professionnel, que puede usarse antes del lavado, para proteger la fibra; antes de secar, -a modo de protector frente al daño de las herramientas de calor- o, una vez seco y peinado, para conseguir un brillo excepcional.

Alexandra Pereira posa con trench, Michael Kors.



Wet & wild

Parece un engominado pero, en realidad, es el efecto húmedo de la **Mascarilla Metal Detox** de L'Oréal Professionnel. El audaz truco permite recrear un peinado que, pareciendo salvaje, es en realidad el mayor mimo que podría recibir la melena de Alexandra. Gracias a la glicoamina –presente en todos los productos de la gama–, se previene la rotura y se protege el color.

Alexandra lleva gabardina,
Roberto Verino.

Effortless chic

Melena ondulada y peinada con una raya estratégicamente trazada para lucir joya. Con este peinado, Alexandra consigue el aire de belleza sin esfuerzo que tanto veneramos. Como su cabello es fino y el look requiere volumen en la raíz, el truco del estilista ha sido usar el **Pre-champú Metal Detox Anti-Metales** de L'Oréal Professionnel que purifica el cuero cabelludo.

Alexandra lleva *blazer*, Simorra.
Earcuff M de Paulet.



Trucos y consejos profesionales que ha aprendido observando e incorporado a sus rutinas; productos aliados que la acompañan alrededor del mundo: "Sin miedo a facturar lo que haya que facturar; no escatimo" (ríe) y un par de tendencias *effortless chic* (su estilo favorito) que le gustaría probar esta primavera. Así es como la empresaria y creadora de contenido Alexandra Pereira domina el arte de la media melena. Estas son sus confesiones *beauty* -sin dramas-.

Tu melena es una de tus señas de identidad. ¿A qué cambio de look le tienes más cariño y cuál borrarías de tu historial?

Sin duda, la primera vez que me corté la media melena supuso un antes y un después. Coincidió con un momento de cambio personal y profesional y creo que me dio un aire más sofisticado. Poco a poco, se convirtió en mi corte de confianza, así que lo revisito a menudo. [...] Si hablamos de errores *beauty*... Hace año y medio, embarazada de mi segundo bebé, decidí probar el flequillo. ¡Me arrepentí a los cinco minutos!

¿A quién le robarías su melena?

Sin duda, a Carrie Bradshaw en las temporadas 2 y 3 de *Sexo en Nueva York*. Es mi pelo soñado.

Tres tips para cuidar el cabello fino..

El primero, ponte en buenas manos: encontrar tu salón de confianza es clave. El segundo, aplicar protector térmico tras cada lavado. Yo, con el aceite de la gama *Metal Detox* de L'Oréal Professionnel no tengo excusa porque antes del secado funciona como un 2 en 1. Y el tercero: usa productos de calidad en casa porque marca la diferencia. En

mi caso, desde que utilizo la línea *Metal Detox* de L'Oréal Professionnel tengo esa sensación de limpieza profunda que para un pelo fino es fundamental.

¿Cuál dirías que es la joya de tu rutina actual?

La mascarilla de la gama *Metal Detox* es brutal. Me deja el pelo con un cuerpo y un brillo increíbles. Además, mi estilista usa litros de *Pli*, un *primer* -también de L'Oréal Professionnel- que da volumen y fija el peinado.

¿Cómo se soluciona un *bad hair day*?

Mi truco infalible es recurrir a un *clean look*. Me hago un moño salvavidas cuando llueve o lo noto un poco *chof*.

Tu agenda está repleta de eventos, desfiles... ¿Cómo cambia tu rutina cuando estás de viaje?

No cambia demasiado porque soy una loca y me llevo todos los productos conmigo (ríe). Me pasa lo mismo con el maquillaje, mis *vanity cases* van siempre a tope. Trato de mantener las rutinas para que ni el pelo ni la piel sufran cambios.

¿A qué tendencias te apuntarás en primavera?

Me seduce la idea de probar un tono marrón chocolate cálido y me encantan las texturas naturales que vimos en pasarela: las melenas *effortless*.

¿Algún consejo profesional que lleves a rajatabla?

Al lavar el pelo, doy siempre dos *champunadas*, insistiendo en la zona de raíces. Damos mucha importancia a la melena de medios a puntas porque es lo que se ve, pero, la salud del pelo empieza en el cuero cabelludo.

Peluquería: Miguel Bing para L'Oréal Professionnel.
Maquillaje: Ismael Bachiller. Producción: Deborah Palmizi, Flena Alfaro. Asist. de Estilista: María Manóvil. Asist. fotografía: Efrén Serrano.

El combo más deseado para una melena glossy

Aunque siempre que pensamos en los enemigos visibles de nuestra melena nos acordamos del sol, la polución y los cambios hormonales, los metales del agua que se acumulan en la fibra capilar provocan que el pelo, paulatinamente, se vuelva frágil y opaco. El ritual *Metal Detox* de L'Oréal Professionnel permite desintoxicar el cabello, protegiéndolo y revitalizándolo. De hecho, la mascarilla *Metal Detox* (la joya de la corona de la gama), reduce drásticamente el riesgo de rotura, nutre intensamente y deja un brillo increíble. Pues bien, a partir de este mes de

enero, L'Oréal Professionnel lanza un servicio de *hair spa* que combina lo mejor de su ritual *Metal Detox* + la coloración *Dia Light*. La nueva fórmula mejorada del baño de *gloss Dia Light*, supone una simbiosis perfecta entre coloración y tratamiento; enriquecida con Ácido Hialurónico y sin amoniaco, trata el cabello en profundidad y le aporta un brillo espectacular a la hebra, borrando los signos de daño y dejándolo flexible y reparado. Si estás buscando desesperadamente un escudo anti-rotura, nutrición suprema y un brillo multidimensional: este binomio es para ti.



TELVA

BELLEZA Y BIENESTAR



Arriba, Adriana Zurita, fundadora de Cosmic Studio, un centro que combina pilates y fitness.

En la otra página, interior de Riela, las termas en pleno centro de Madrid.



Los nuevos *total pro* del bienestar

Tienen entre 30 y 40 años y ya han revolucionado el concepto de *wellness*. La GENERACIÓN que más se ocupa de su salud, física y mental, de toda la historia se anima a poner en marcha ideas rompedoras en espacios con diseños *cool*. Las repasamos con ellos.

—Cristina Martín Frutos.



Clase de Cosmic Studio, en Madrid.

Cosmic studio

ESTAR EN FORMA NUNCA FUE TAN COOL

El concepto. En este centro de Pilates madrileño se imparte un entrenamiento único –The future of fitness– que combina Pilates, barre, fuerza, cardio, movilidad, yoga flow y coreografía.

A dúo. Detrás de Cosmic Studio se encuentran la francesa Alix Desquiers y la madrileña Adriana Zurita. Las dos tienen 31 años, experiencia en el mundo empresarial (la primera, en marketing; la segunda, en desarrollo de negocio) y una clara convicción: el bienestar no debe ser ni elitista ni aburrido. “Juntas formamos un dúo que combina creatividad y método, intuición y estructura, emoción y técnica”, afirman.

La industria del bienestar mueve 6,3 billones de dólares, lo que ha generado una nueva oleada de emprendedores que están revolucionando el sector

Con mucha energía. Tanto Alix como Adriana tenían claro que querían poner en marcha un centro único. “Hay muchos estudios bonitos, pero sin energía ni metodología propia. La gente no se identifica con ellos, sino más bien con el entrenador”. Tras hacer un estudio de mercado en más de 70 centros de Nueva York, Londres y París vieron el hueco claro: un espacio entre el Pilates tradicional y el fitness actual que nadie estaba ocupando.

Dónde. Calle del Norte, 20 (Madrid). La suscripción mensual cuesta 145 euros y permite clases ilimitadas.

Hablar de bienestar es hablar de un cambio social, de estilo de vida, de mentalidad... Pero también de un cambio económico. Esta industria mueve, según Global Wellness Institute, 6,3 billones de dólares en todo el mundo, de los cuales, 77.000 millones se ubican en España. Y según Stanpa, los españoles gastamos más de 18.800 millones de euros en productos y servicios relacionados con el bienestar y la belleza.

Los datos reflejan que cuidarse ha dejado de ser un lujo para colarse en nuestro día a día: clubs de fitness de diseño; apps ‘inteligentes’ de alimentación saludable; sofisticados retiros de meditación... Esta nueva forma de entender el segmento del wellness está provocando una nueva oleada de emprendedores con muchas ganas de romper con los estándares más tradicionales y que están revolucionando la industria del bienestar con sus ideas de negocio.



Kore Lab, diseñado por la interiorista Paty Pombo.

Kore Lab Y SU REVOLUCIÓN DEL PILATES

El concepto. En este recién inaugurado estudio de Madrid, diseñado por la interiorista Paty Pombo, imparten Lagree, un método de entrenamiento de alta intensidad y bajo impacto -inspirado en los principios del Pilates- que se enfoca en esculpir, fortalecer y tonificar el cuerpo. “Si te gusta entrenar, Lagree multiplica todo: la activación, la intensidad y la conexión mente-cuerpo”, asegura Clara Muñoz, cofundadora de Kore Lab.

Música, moda y mucho depor-

te. Alma mater del proyecto es la cantante Clara Muñoz, que ha actuado en grandes escenarios como el Teatro de la Zarzuela, el Auditorio Nacional y el Teatro Real. Su voz acompaña los mejores eventos de la jet pero si hay algo que le ha acompañado toda su vida es el deporte.

Más que tonificar. “Aunque el Lagree tiene un impacto muy positivo a nivel estético, para mí fue, desde el primer minuto, una cuestión de salud”, cuenta Clara.

Datos prácticos. Calle Hermanos Pinzón, 3 (Madrid). Cada clase, 35 euros.



Tono Mandly, fundador de Riela.

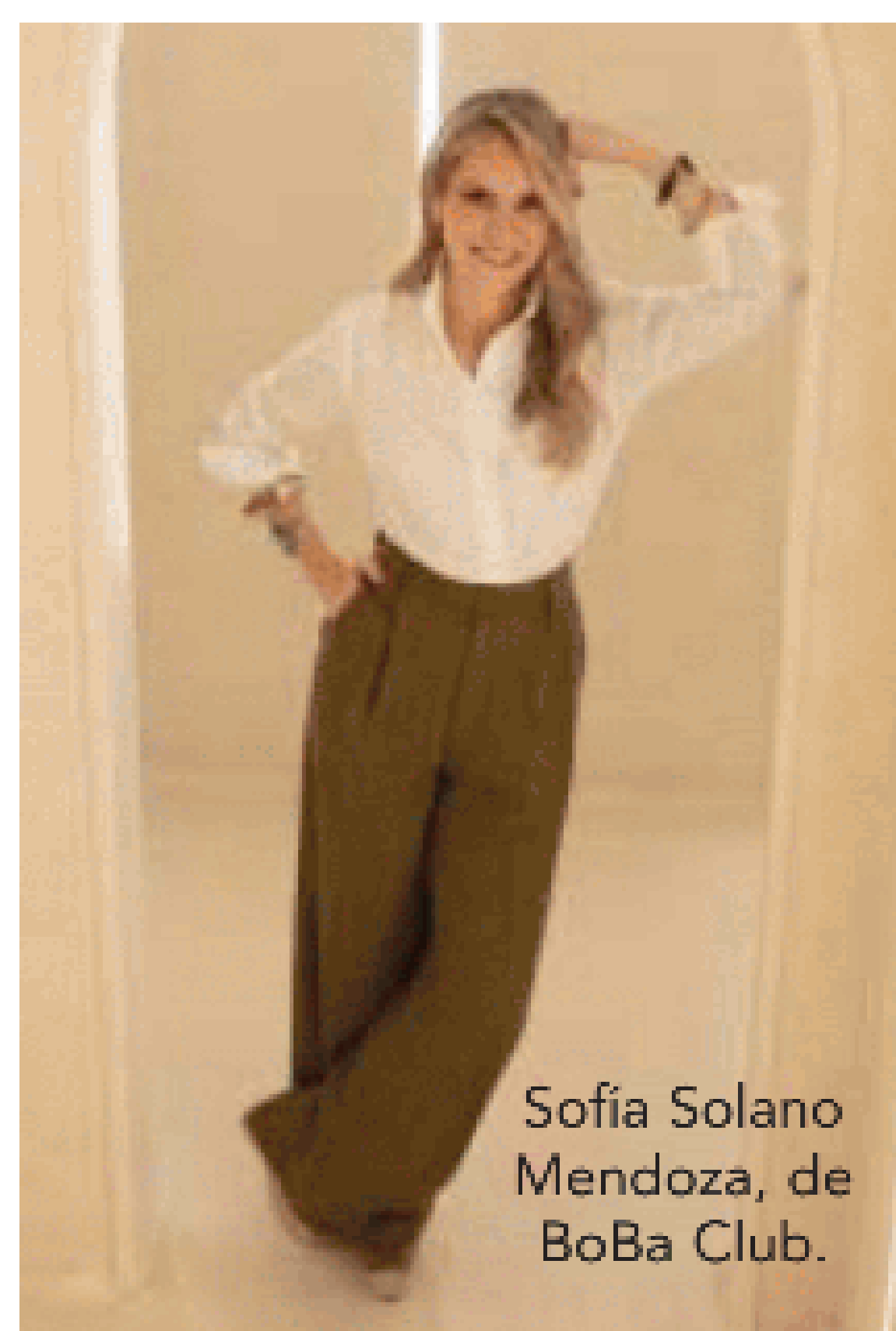
Riela LAS TERMAS CONTEMPORÁNEAS

El concepto. Un espacio sobrio en pleno centro de Madrid donde se puede disfrutar del ritual milenario del baño. La sesión incluye hammam, sauna y piscinas de contraste a diferentes temperaturas.

Su creador. Tono Mandly, 30 años, pasó una década viviendo en China, Finlandia, México y Nueva York, trabajando en el ámbito de la exportación-importación, así como en diversas startups tecnológicas.

La inspiración. “En los baños romanos, los onsen japoneses, los hammams turcos...”, cuenta Tono. También le sirvió su experiencia neoyorquina. Cuando vivió allí descubrió los bathouses (balnearios) donde iba cada semana junto a su amigo y director creativo Giacomo Cavalli, y que se entienden más como un ritual social que como un lujo puntual. “Fue entonces cuando pensamos que Europa necesitaba esto”.

Dónde: Calle Apodaca, 20 (Madrid). Sesión de 60 minutos, desde 33 euros.



Sofía Solano Mendoza, de BoBa Club.

BoBa Club DE LA REUNIÓN A LA CLASE DE BARRE

El concepto. Aquí es posible trabajar, comer bien, resolver una duda ginecológica y aprovechar para entrenar. Porque Club BoBa es un espacio en Sevilla de bienestar y coworking (hay hasta sala para grabar podcasts), para mujeres, que apuesta por un concepto integral de apoyo femenino ya que cuenta también con expertos en salud e instructores de yoga, barre, fitness...

Persiguiendo un sueño. Con 36 años, la sevillana Sofia Solano Mendoza lo ha hecho realidad con Club BoBa, un club de bienestar femenino.

Búsqueda personal. La emprendedora, firme defensora de la medicina integrativa, nos lo cuenta: “Durante años viví en modo supervivencia, hasta que un día sentí que había perdido el contacto conmigo misma. Mi cuerpo me pedía a gritos que parara. Decidí hacer un retiro en Bali, y allí desarrollé la visión de mi proyecto: ayudarme a mí misma y a otras mujeres”. De este proceso personal y de su experiencia como gestora, nació BoBa, un espacio donde el trabajo y el autocuidado no son excluyentes.

El futuro. De cara a los próximos meses, Sofia planea lanzar una plataforma de bienestar en línea, así como llevar su filosofía a otros puntos de España.

Datos prácticos. Calle Benito Mas y Prats, 4 (Sevilla). Membresías desde los 125 hasta los 780 euros al mes. **T**

TELVA

BELLEZA Y BIENESTAR



La peluquería del futuro ya está aquí

De espacio funcional a auténtico templo de bienestar, el cambio se verá impulsado por la sostenibilidad, la tecnología y la hiperpersonalización. Traerá consigo una reactivación económica y cualitativa sin precedentes. El futuro del sector ya está aquí y promete una experiencia premium.

—Mamen Infante. Ilustración: Jorge Arévalo.

De siempre la peluquería en España ha sido un termómetro social de cómo nos cuidamos. Pero no solo eso; el sector de la peluquería es un silencioso pero potente motor de la economía y supone un tejido empresarial en plena reactivación. Que estamos preparados para la peluquería del futuro ya se refleja en las cifras del informe “La esencialidad de la belleza” que ha llevado a cabo el Grupo L’Oréal y que dice que en nuestro país existen 118.000 profesionales de la peluquería y 52.000 salones, lo que supone una ratio de un salón por cada 900 habitantes, una de las más altas de Europa. Por si fuera poco, el sector crece al 8,9%, no solo a nivel cuantitativo, sino que viene acompañado de una transformación cualitativa. Más sostenibles, con más presencia de la innovación tecnológica, con un servicio cercano al lujo, centrado en cuidar la salud capilar y el bienestar personal y con unos profesionales cada vez más formados, Así lo vaticina Cartu Méndez, directora de educación de Wella España y Portugal: “Las peluquerías del futuro no serán solo sitios donde cambiar de look, sino que se convertirán en auténticos templos de bienestar, donde la sostenibilidad, la personalización y la tecnología se unirán”. Esta búsqueda de la excelencia ya está en marcha y supone la gran palanca de la peluquería como negocio. De hecho, según el estudio de 2024 de Kline, firma global de investigación de mercados, se traduce ya en datos concretos: se observa un aumento en la frecuencia de visita a los salones y un crecimiento del ticket medio del 34%. El nuevo cliente prefiere un ambiente respetuoso, silencioso y personalizado. Pagar más, sí, pero a cambio de un auténtico momentazo cercano a la experiencia spa. Susana Arribas, directora de comunicación y advocacy de L’Oréal Productos Profesionales, sabe por qué: “Ahora, y cada vez más, se habla de salud capilar, de productos con fórmulas respetuosas, de rituales personalizados y de una experiencia sensorial y emocional. Se innova de la mano de la ciencia pero también potenciando el enfoque humano”.

* SOSTENIBILIDAD

Cuidar el planeta
a través de la belleza

La sostenibilidad ha dejado de ser una tendencia y ya se concibe como obligación. En el futuro será criterio decisivo para elegir una peluquería u otra. Desde la marca Authentic Beauty Concept, su *education expert*, Pilar García, lo explica: “Los consumidores ya utilizan este criterio para comprar de forma responsable y esperan que los negocios actúen en consecuencia. En las peluquerías se traduce en estaciones de *refill* para evitar plásticos de un solo uso, iluminación LED regulable, control del uso del agua, ingredientes más respetuosos... Desde los grandes grupos lo toman como una prioridad; L’Oréal, por ejemplo, ayuda a sus clientes con la implementación de *Water Saver*, un cabezal de ducha profesional para el lavacabezas que ahorra hasta un 69% de agua o con *Clic Recycle* que dan una segunda vida al cabello cortado.

*Lejos quedarán las peluquerías ruidosas
y aceleradas: las del futuro son espacios
de calma en los que lavarte la cabeza
tumbada en una cabina aislada y privada
donde la salud capilar será la prioridad*

* INNOVACIÓN TECNOLÓGICA

Ciencia y datos para un servicio más preciso

La mano del peluquero es el bien más preciado, lo que fideliza a la clienta. Sin embargo, en la peluquería del futuro la tecnología tiene un papel crucial. Susana Arribas lo describe así: “Hoy contamos con herramientas de diagnóstico que permiten analizar el cuero cabelludo y la fibra capilar con precisión científica, lo que nos lleva a tratamientos personalizados”. Habla de tecnologías como Kérastase K-Scan, que permite valorar la salud capilar en tiempo real mediante distintos modos de iluminación o *AirLight Pro*, el primer secador profesional que logra un secado más rápido y un consumo de energía un 19% menor. En Wella también lo tienen claro. Para Méndez, la inteligencia artificial será clave para la personalización. No solo haciendo diagnósticos más precisos, sino ayudando en la propia gestión de la peluquería: “Aportará asistentes virtuales, análisis predictivo para optimizar agendas y herramientas que integren historial digital y hábitos de cuidado. La realidad aumentada permitirá visualizar cortes y colores antes de aplicarlos, mientras que las herramientas de calor inteligentes ajustarán la temperatura según el tipo de cabello”.

El peluquero debe estar a la vanguardia de las tendencias y técnicas y mantenerse en constante formación. Ahora los salones tienen un experto en cada área

* TEMPLO DE BIENESTAR

Casi un spa

Todas tenemos en mente la ruidosa peluquería de toda la vida. La del futuro, sin embargo, será un lugar de calma. Que te laven el pelo tumbada y recibas un masaje craneal con aromaterapia o que el secador sea ultra silencioso es el nuevo lujo. Lo saben jóvenes emprendedores como Juan Diego Teo, que próximamente inaugura su espacio en Madrid: “Además de tumbarse durante el lavado, tendrán una camilla donde disfrutar de un ritual de tratamiento coreano en la cabeza”. María Roberts, embajadora de color de Schwarzkopf Professional, en su salón Madart, cuenta con spa capilar donde tumbarse y sentir el gusto de los chorros a distintas presiones. Lo mismo proyectan Diana Daureo en su salón, Charo Palomo en su atelier o la empresaria Alessandra Chiarello, fundadora de Oramai en Madrid: “La clienta debe sentirse en la gloria. Por eso hice los kimonos de tela suave con mangas anchas, muy cómodos y elegantes”. En los espacios del mañana la salud capilar es prioridad, Armando Pinedo, director de comunicación de TBC de Madrid, explica: “Tenemos un servicio de medicina de precisión que analiza el cuerpo de manera global y también la calidad y longevidad del cabello”.

* PELUQUEROS

Híper especializados

Que te hagan un buen diagnóstico y una correcta asesoría de imagen es la base del éxito en cualquier cambio de look y tratamiento capilar. Para ello, el profesional debe estar bien formado. Ha quedado obsoleta la figura de chico para todo y ahora los salones no prescinden de tener expertos en cada área. En L'Oréal Productos Profesionales lo saben: “Nuestra misión es acompañar a los peluqueros en su desarrollo profesional con programas específicamente diseñados para conseguir la excelencia y el fomento del talento. La compañía, entre otras cosas, dispone de una red de 50 academias y 250 centros de formación en todo el mundo”. Y es que el factor humano es clave en la industria y no puede quedar todo en manos de la tecnología. “Las clientas cada vez saben más, se informan más y son más exigentes”, apunta Cartu Méndez, que aclara: “Necesitan confiar en su peluquero y eso solo se consigue si éste está en la vanguardia de tendencias, técnicas y ha desarrollado al máximo sus habilidades. En este sentido, Wella también es líder en formación, tanto online como presencial y no dejaremos de invertir en ello”. Si hablamos de especialistas, Aless Chiarello no quiso poner puertas al campo y cuando montó su salón quiso traerse un concepto que en Europa está poco experimentado pero arrasa en Estados Unidos: un pop-up de peluqueros *freelancers*, una sala especial para que periódicamente puedan acudir los mejores peluqueros independientes del mundo a atender a sus clientas VIP”.

20 PELUQUERÍAS CON UN PLUS

MADRID • **Oramai Hair Boutique** Conde de Aranda, 3, Madrid. • **Atelier Charo Palomo**. Maldonado, 33, Madrid. • **TBC Hair** José Ortega y Gasset, 47, Madrid. • **Madart by María Roberts** La Palma, 18, Madrid. • **Juandiegoteo Hair Salon** Jiloca, 4, Madrid. • **Diana Daureo** López de Hoyos, 27, Madrid. • **Gabriel Llano** Velázquez, 71, Madrid. • **The MadRoom** Villalar, 1, Madrid. • **Cheska** Velázquez, 61, Madrid. • **Tacha Beauty & Wellness** Paseo de La Castellana, 60, Madrid. BARCELONA • **Anna Ferrer Perruqueries** Travessera de Gràcia, 71, Barcelona. • **Anara by Ana Lérica** Tenor Viñas, 8, Barcelona. • **Alma Hair Spa Salon** Balmes, 255, Barcelona. • **Culture Studio** Av. Diagonal, 423, 2º, Barcelona. • **Josep Pons Imatge** Carrer de Laureà Miró, 276, Esplugues de Llobregat. VALENCIA • **Salón Toni & Guy** Carrer de Félix Pizcueta, 9, Valencia. SEVILLA • **Nature** Dos de Mayo, 28, Sevilla. MURCIA • **Virag Alta Peluquería By Miriam Rumí** Príncipe de Asturias, 5, Murcia. MÁLAGA • **Álvaro Sánchez** Montes de Oca, 11, Málaga. • **Lucía Soto Peluqueros** Av. Juan Sebastián Elcano, 141, local 1 A, Málaga. ZARAGOZA • **Voga Estilistas** Josefa Amar y Borbón, 5 Zaragoza. VIGO • **Salón Jorge Rubín** Av. Gran Vía, 3, Vigo.

ALEGRA: UN TEMPLO DE LA BELLEZA EN BARCELONA

En Alegria la prisa no existe. El equipo de Mariona Ferrán, su propietaria, trabaja desde el conocimiento profundo, la técnica impecable y una mirada artesanal. Expertos en coloración y cuidado capilar, cada gesto transmite hedonismo y calma. Su servicio pionero de *hair spa* es el epítome del lujo silencioso; su filosofía es sencilla y contundente: "No hay color bonito sin un cabello sano".

Carrer de Calaf, 24-26,
Barcelona.
Tel. 936 69 90 99

BELLEZA + BIENESTAR

LA EXPERIENCIA HAIR SPA

El correr, cortar, teñir y peinar... ¡Se va a acabar! Abraza el nuevo concepto de salón que promete resetear pelo y mente.

MASAJES CRANEALES CON AROMATERAPIA, LUJOSOS RITUALES INSPIRADOS EN BALNEARIOS 5*... Y AHORA, TAMBIÉN, LO ÚLTIMO EN COLOR Y TRATAMIENTO EN UNA MISMA FÓRMULA: EL BAÑO DE GLOSS CON ÁCIDO HIALURÓNICO DIA LIGHT DE L'ORÉAL PROFESSIONNEL DEVUELVE ESE BRILLO ESPEJO A TU PELO Y REPARA LA MELENA.

Última innovación



SALÓN REICHEL

Expertos en diagnóstico, color y salud del cabello.

Calle Real, 52.

Arganda del Rey, Madrid.

@salonreichel

INÉS PELUQUEROS

Lo contrario a un espacio de tránsito: un salón para reconectar y restaurar tu melena: si eres rubia... ¡No lo dudes!

Calle Polop, 3.

Villajoyosa, Alicante.

@inespeluqueros

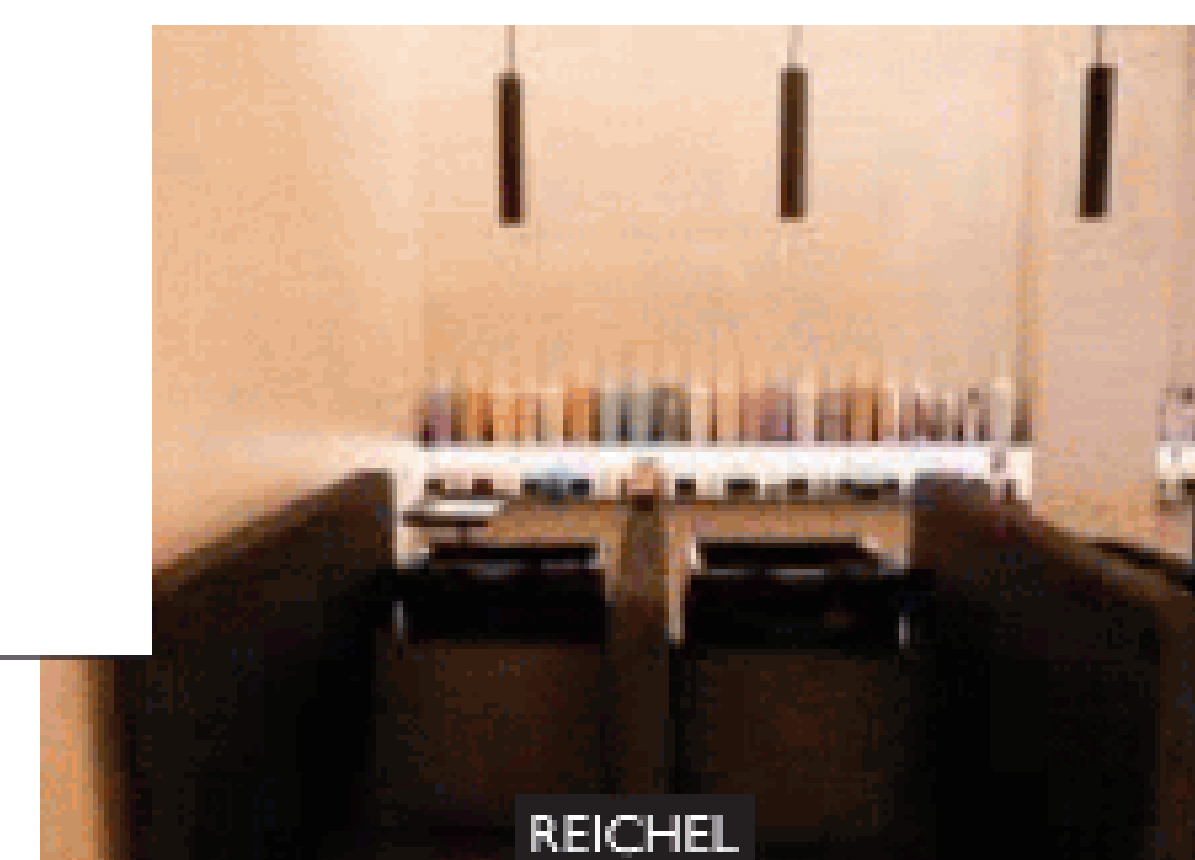
MAISON EDUARDO SÁNCHEZ

Perfecto si quieres vivir una experiencia premium altamente sensorial.

Claudio Coello, 57.

Madrid.

@maisoneduardosanchez



REICHEL



INÉS PELUQUEROS



MAISON EDUARDO SÁNCHEZ



Champú con aceites esenciales de limón, naranja, romero, manzanilla y lavanda, **L'OCCITANE** (14 €).



Champú artesanal con aceite de ricino y aceite esencial de romero que fortalece la fibra capilar, **EVA VILLAR** (17 €).



Champú para cabellos secos con aceite de coco, argán y almendra. Controla el frizz y lo protege de roturas, **ONDO BEAUTY** (11,99 € en Miin Cosmetics).



Barra de aceite de masaje Coconut Drench que se derrite sobre la piel seca, con manteca de cacao orgánico de comercio justo, manteca de karité orgánica y aceite de coco virgen extra, **LUSH** (12,95 €).



Jabón perfumado Barénia con notas de lirio, baya milagrosa, madera de roble y pachuli, **HERMÈS** (42 €).



Pastilla de jabón de ducha que huele a la frescura de las tomates antes de madurar. Contiene manteca de karité y partículas de alga roja, de propiedades exfoliantes, antioxidantes y antiinflamatorias, **LOEWE** (55 €).

Jabón perfumado Atelier des Fleurs Magnolia Alba, **CHLOÉ** (35 €).



EN PASTILLA

Jabón perfumado Eau de Campagne con bergamota, limón, albahaca, hojas de tomates verdes, jazmín, ciruela y vetiver, **SISLEY** (34 €).



Champú revitalizante que estimula la microcirculación del cuero cabelludo, **LUSH** (12,50 €).



Exfoliante corporal The Ritual of Hammam con eucalipto, aceite de argán y semillas de frutas, **RITUALS** (12,90 €).



Sérum nutritivo facial. Para aplicarlo, calentar la pastilla entre las manos y aplicarlo sobre la piel limpia y húmeda, **SENSO NATURELE** (19,90 €).



Dior Prestige Le Savon desmaquillante facial con Rosa de Granville, **DIOR** (105 €).



Exfoliante facial sólido que elimina el exceso de grasa y matifica sin sensación de tirantez, **YVES ROCHER** (9,99 €).



Agua micelar sólida Ice. Sin jabón ni sulfatos. Hay que mojar la pastilla, frotar suavemente el rostro humedecido y aclarar, **VALQUER** (9,25 €).

Desmaquillante de rostro y ojos con lavanda, miel fermentada y prebióticos, **APIVITA** (9,90 €).



Breakout+aid Niacinamide Cleansing bar para pieles con tendencia acnéica, **BREAKOUT+AID** (9,95 € de venta en Zalando).

Mucho más sostenibles y repletos de ingredientes naturales, ahora puedes encontrar en **FORMATO BARRA** desde agua micelar, a sérum nutritivo o desmaquillante.

—Cristina Martín Frutos.



FOTO: E. ESCANDELL

EN MI RADAR

Paloma Sancho, directora de belleza de TELVA, te cuenta sus imprescindibles.

el suplemento

ÁCIDOS GRASOS

Formulada por la farmacéutica Metixell Martí, tiene Omega 3, 6, 7 y 9 de origen vegetal, reishi, rosa mosqueta y borraja para fortalecer defensas y modular inflamación.

Unique Pink Omega (48 €).

Powder kiss lip + Cheek mousse M.A.C (38€).



Lip Idôle Juicytreat gloss hidratante LANCÔME (100 €).



Dior Addict Lip Glow Oil DIOR (45 €).



DE TEXTURA LÍQUIDA

Se llevan los labiales líquidos, ya sean de acabado gloss (Lancôme, Clarins y Dior), o mate (la mousse batida de MAC). Pero siempre de larga duración y con activos que hidratan.

CIENCIA EN CREMA

INSPIRADAS EN LOS PROCEDIMIENTOS DE LOS TRATAMIENTOS DE MEDICINA ESTÉTICA (FILORGA), EN FORMATOS SORPRENDENTES QUE TE LO PONEN FÁCIL (TEV), O CON LOS ÚLTIMOS INGREDIENTES COSMÉTICOS CON AVAL CIENTÍFICO, COMO LOS PÉPTIDOS (SENSILIS). AQUÍ TRES LANZAMIENTOS QUE SON PUNTEROS:

1



1. SÉRUM REVITALIZANTE, FILORGA.

Combina vitaminas, minerales, aminoácidos, antioxidantes, coenzimas y ácido hialurónico para reactivar el metabolismo celular (98,90 €).



2



3

2. CREMA DE NOCHE EN STICK, TEV. Con ceramidas y ácido hialurónico, repara tu piel mientras duermes (58 €).

3. CON PÉPTIDOS, SENSILIS. Tratamiento Rejuvenecedor Peptide [Reti-V] que suaviza e ilumina la piel (69,95 €).

Lip Comfort Oil 54 Iconic Red CLARINS (31,50 €).



El gran olvidado del skincare

Cómo cuidar los labios y devolverles volumen

En cualquier rutina de belleza bien construida hay una zona que, sistemáticamente, queda relegada a un bálsamo puntual: los labios. Y eso, según el **Dr Julián Bayón, de la clínica Bayón de Madrid y la farmacéutica Beatriz Lara**, pasa factura. “Los labios también envejecen y necesitan fórmulas específicas. Incorporar un tratamiento labial en la rutina diaria es clave para mantenerlos confortables y con buen aspecto”, afirman.

“El labio tiene una anatomía muy particular”, explica el Dr. Julián Bayón. “Su piel es extremadamente fina, con escasas glándulas sebáceas y una menor capacidad para retener agua. Con el paso del tiempo se produce una pérdida progresiva de colágeno y soporte, lo que se traduce en labios más planos, menos definidos y con arrugas verticales”. El Dr. Bayón insiste en que **este envejecimiento no es solo una cuestión estética.**

“Hablamos de una pérdida estructural que afecta tanto a la función barrera como al aspecto del labio, por lo que su cuidado debería abordarse de forma específica y constante”, señala. “Las fórmulas que combinan hidratación con activos

redensificantes permiten mejorar progresivamente la estructura del labio sin recurrir a procedimientos invasivos”, añade.

Desde el punto de vista cosmético, Beatriz Lara, farmacéutica especializada en dermocosmética, recuerda que “tratamos el rostro como un todo, pero **olvidamos que los labios también envejecen y necesitan fórmulas específicas**”.

Sequedad, pérdida de elasticidad y sensación de tirantez son algunas de las consecuencias más habituales. Cuidar los labios ya no es solo una cuestión de maquillaje: es el nuevo gesto beauty imprescindible para un rostro armónico y luminoso.



Lip volumizer de la gama Dermcorrexion de RoC



Dr. JULIÁN BAYÓN,
de la Clínica Bayón.



BEATRIZ LARA, farmacéutica,
de la Farmacia Bata Blanca.

Entre las opciones más innovadoras destaca **RoC Derm Correxion Lip Volumizer**, un tratamiento diseñado para mejorar la calidad global del labio. Su fórmula incorpora péptidos pro-colágeno que, con el uso continuado, ayudan a mejorar la hidratación y la redensificación, además de aportar un efecto voluminoso inmediato que realza el labio de forma natural, dejándolo visiblemente más jugoso y definido. “Es un producto fácil de integrar en cualquier rutina, incluso en labios sensibles”, concluye Beatriz Lara.

#longevitytips de  **RoC**
CLINICALLY PROVEN

Favorece la exfoliación, mejora la luminosidad, suaviza arrugas finas y unifica el tono. La Dra. Cristina García Millán, dermatóloga, nos da las claves para saber cómo utilizar el INGREDIENTE DE MODA y aprovechar sus múltiples beneficios.

—Mamen Ruiz Puertas.

ÁCIDO GLICÓLICO

¿Qué es?

“Un alfa-hidroxiácido derivado de la caña de azúcar. Se trata de una molécula muy pequeña que penetra con facilidad en la piel y estimula su renovación natural de forma controlada. Favorece la exfoliación, mejora la luminosidad, estimula la síntesis de colágeno y mejora la firmeza. Por todas estas razones, me gusta definirlo como un verdadero transformador de la piel, capaz de unificar tono, mejorar textura y firmeza”.

¿Para quién?

“Funciona muy bien en pieles normales, con tendencia grasa, pieles acnéicas y gruesas. También lo suelo prescribir si observo textura irregular o signos de envejecimiento. En pieles sensibles no lo suelo indicar, porque puede resultar irritante, por lo que recomiendo sustituirlo por ácidos más suaves, como el mandélico”.

¿Cómo usarlo?

“Aconsejo empezar con concentraciones bajas (5-8 %) y aplicarlo dos noches por semana. Si la piel lo tolera bien, puede aumentarse progresivamente la frecuencia y la concentración. Es fundamental aplicar protección solar diaria y evitar usarlo el mismo día que retinoides, peelings mecánicos o enzimáticos”.

¿Con qué combinarlo?

“Con niacinamida, ácido hialurónico y antioxidantes, que aportan hidratación y confort. En el caso de usar vitamina C con concentración mayor al 15%, mejor aplicarla por la mañana y el glicólico por la noche”.

1. Vinoperfect crema de noche glicólica Antimanchas, Caudalie (35,90 €).
2. Endocare Renewal Glycoperfect Sérum, Cantabria Labs (55,45 €).
3. Refining Mist Bruma Purificante, Método R., con glicólico 5% (29 €).
4. Neuropeptide Facial Cream, Perricone MD (176 €).
5. Mascarilla Ácido Glicólico Puro, Lierac (22,90 €).
6. Blemiderm, Resurfacing Gel, Mesoestetic (50 €).



LA RUTINA EXPERTA QUE ENTIENDE LA PIEL

Toda rutina de cuidado eficaz responde a una lógica sencilla: proteger durante el día y reparar durante la noche. Lancaster convirtió esta premisa en ciencia hace más de siete décadas y, desde entonces, ha perfeccionado una visión pionera que hoy da lugar a una de las rutinas antiedad más completas de la cosmética actual.

No es casualidad. Sabemos que hasta el 80% de los signos visibles del envejecimiento – manchas oscuras, pérdida de firmeza, arrugas o flacidez – están causados por el sol, y que ese daño no entiende de horarios. De ahí nace la propuesta experta de Lancaster, basada en una acción continua y complementaria: Sun Perfect durante el día, Golden Lift por la noche. Dos gestos esenciales que actúan antes, durante y después de la exposición solar, los 365 días del año. Durante el día, Sun Perfect Illuminating Cream SPF 50 funciona como un auténtico escudo diario. Protege frente a UVB, UVA, luz visible, luz azul e infrarrojos, mientras unifica el tono y potencia la luminosidad. Una fotoprotección avanzada que no solo previene, sino que mejora visiblemente la calidad de la piel con el uso continuado. ¿Otra de sus ventajas? Ayuda a frenar la aparición de manchas, uno de los grandes signos del fotoenvejecimiento. Por la noche, cuando la piel entra en su fase de regeneración máxima, entra en escena Golden Lift Overnight Cream, la última innovación de la firma. Esta crema de noche potencia la reparación del daño solar gracias a la tecnología más emblemática de Lancaster: Su exclusivo retinol catiónico liposomal, introducido por la marca en 1976, actúa como un imán que dirige el activo directamente a los fibroblastos, estimulando la producción de colágeno con mayor eficacia y tolerancia. A ello se suma retinal encapsulado de liberación sostenida y Tranexamol, una combinación avanzada que ayuda a reducir manchas, calmar la piel y mejorar su uniformidad. Los resultados son visibles: menos arrugas, más firmeza y una piel que muchas mujeres describen como “cinco años más joven”. Porque cuando la ciencia respeta el ritmo natural de la piel, el tiempo deja de ser un enemigo y se convierte en aliado. **1**



Esta crema de noche potencia la reparación del daño solar gracias a la tecnología más emblemática de Lancaster



Ante la creciente demanda de tratamientos médico-estéticos nace la cosmética destinada a optimizar sus resultados. Orveda, la marca vegana creada hace una década por SUE NABI, CEO de Coty, es un ejemplo.

—Ani Vallhonrat.

Una práctica a medida



Sue Nabi,
CEO de Coty.

Hace nueve años, Sue Nabi, ex directiva de L'Oréal y artífice de algunas de las campañas más exitosas del sector -suyo es el famoso *porque tú lo vales*- ya sabía que el mundo de la cosmética estaba a punto de cambiar. Era 2017 y llevaba tres años enfrascada en su proyecto personal, una firma de cosmética vegana producto de la biotecnología. En un mercado entonces todavía poblado por cremas perfumadas e ingredientes secretos, Orveda ofrecía tratamientos inodoros elaborados a partir de activos naturales obtenidos a partir de fermentación y catálisis enzimática. Casi una década después, la marca que Pamela Anderson ha convertido en mantra personal (sin publicidad de por medio) vuelve a tomar la delantera con un kit diseñado expreso para pieles sometidas a intervenciones médicas. Y lo hace en un momento en el que la demanda de este tipo de tratamientos crece como la espuma. Según la asociación de cirujanos ISAPS, solo en 2024 se realizaron 38 millones de procedimientos médico-estéticos en todo el mundo. Regenesome, la tecnología que da nombre a este hallazgo, emplea un extracto natural fermentado capaz de recortar los procesos de regeneración de la piel. “Los estudios realizados muestran que el extracto de *Saccharomyces* (un tipo de levadura rico en compuestos bioactivos) estimula los queratinocitos (células presentes en la superficie de la piel) y produce una reacción en cadena que interviene

en la producción natural de los exosomas propios, responsables de la regeneración celular”, nos cuenta Julia Borowscy, directora científica de Orveda. A diferencia de los tratamientos a base de exosomas vegetales o animales, Regenesome interviene en los exosomas endógenos, presentes en el organismo de forma natural. “Si intervenimos sobre los mecanismos naturales trabajamos sobre terreno seguro, pues las células reconocen a los mensajeros”, afirma Borowscy. Y así han creado dos protocolos inspirados en la medicina regenerativa: Regenesome Prep Kit (250 €), diseñado para utilizar una semana antes de la intervención, y Regenesome Post Kit (400 €), para emplear inmediatamente después. **T**

UNA RECUPERACIÓN MÁS RÁPIDA

Los kits (pre y post tratamiento) se componen de un bálsamo, un sérum en bruma y un pack de mascarillas.



HE PROBADO EL NUEVO TRATAMIENTO DOCTOR BABOR PRO Y HA SIDO UNA EXPERIENCIA INCREÍBLE PARA MI PIEL



Confirmamos que este tratamiento en cabina tiene resultados visibles y fórmulas inspiradas en la dermatología avanzada

Fui a un centro de estética a probar el nuevo tratamiento **DOCTOR BABOR PRO**, la línea solo para profesionales, de la firma alemana, que fusiona precisión científica y bienestar sensorial. Antes de comenzar, la especialista evaluó la textura, la elasticidad y la luminosidad de mi piel antes para definir el protocolo más adecuado. **DOCTOR BABOR PRO** parte de esa personalización absoluta y de una formulación que combina **más de 70 años de investigación** con los últimos avances en dermocosmética.

LA CIENCIA QUE HAY DETRÁS DE CADA PRODUCTO
El secreto de su eficacia está en el **Triple Radical Protection Factor (TRPF)**, un complejo antioxidante que protege las células del estrés oxidativo y estimula la longevidad cutánea. A ello se suman **exosomas** que reactivan la comunicación celular, sirtuinas que preservan la firmeza y **NAD⁺**, la coenzima que impulsa la regeneración.



EL TRATAMIENTO ANTIEDAD PRO YOUTH REFORM

Mi protocolo fue el **Doctor Babor Pro Youth Reform**, diseñado para tratar la pérdida de firmeza y las arrugas finas. Comienza con una limpieza profunda a base de enzimas postbióticas y aceites vegetales. Después, un peeling elimina las células muertas y prepara la piel para recibir los activos. Durante el masaje facial, la experta trabaja cada músculo del rostro con movimientos que estimulan la microcirculación y redefinen los contornos. A medida que avanza el ritual, notaba cómo la piel se volvía más despierta.

RESULTADOS INMEDIATOS

El efecto es casi instantáneo. La piel parece más lisa, firme y uniforme. Pero lo que más me gustó fue esa mezcla entre descanso y chute de vitalidad que me quedó en el rostro. Para mantener los resultados en casa, la línea **DOCTOR BABOR PRO** ofrece productos con eficacia clínica. Destacan **Exo Youth Cream**, que mejora la firmeza y elasticidad, el **Hyaluronic Acid Plumping Serum**, con hidratación multicapas, y el **Antioxidant Balm SPF 50⁺**, que protege frente al fotoenvejecimiento. En definitiva, DOCTOR BABOR PRO une ciencia y belleza con tratamientos personalizados que no solo corrigen, sino que reeducan la piel y le devuelven su vitalidad. **T**

Más información:



cocina

SU MAJESTAD, LA PATATA

Humilde, accesible, feilla... La patata, en todas sus versiones, es probablemente el tubérculo más popular y veleta del mundo que, con nuestras 11 recetas, se convierte en reina del plato o exquisito acompañamiento.

—Recetas, fotos y realización: Raquel Carmona.



GUISO DE PATATAS
CON CHOCO
Y ALMEJAS

PATATAS
GRATINADAS





Fritas



Chips



*Alinadas
con ventresca*



Parmentier



ALO POBRE



PAJA



*RUSTICAS
AL HORNO*



ASADAS



PATATAS
REVOLCONAS

Guiso de patatas con choco y almejas

Ingredientes para 4 personas:

800 g de patatas, 500 g de choco, 300 g de almejas, 1 cebolla, 1 pimiento verde, 1/2 pimiento rojo, 2-3 dientes de ajo, 100 ml de vino blanco seco, 1 cucharada de pimentón dulce de La Vera, 1 pizca de Azafrán, caldo de pescado, aceite de oliva Virgen Extra, sal, pimienta, 2 hojas de laurel.

Modo de hacerlo:

Lavar las almejas en un bol con agua y sal al menos una hora. Pelar las patatas, chascarlas en trozos irregulares para que suelten almidón y espesen el guiso. Cubrir con aceite de oliva el fondo de una cazuela ancha y calentarlo a fuego medio. Sofreír la cebolla, el pimiento verde, el pimiento rojo y los ajos picados hasta que estén tiernos. Incorporar el choco en trozos y sellarlo 5 min. aprox. hasta que cambie de color. Verter el vino y dejar que se evapore el alcohol. Añadir el pimentón, el azafrán y el laurel. Remover.

Incorporar las patatas y mezclarlas bien para que se impregnen del sofrito. Cubrir las patatas con el caldo y salpimentarlo. Llevarlo a ebullición, bajar el fuego a medio-bajo, tapar la cazuela y cocerlo a fuego lento 30-40 minutos, hasta que las patatas estén tiernas. Cuando estén casi listas, añadir las almejas escurridas y dejar que se abran.

Rectificar de sal si fuera necesario y servirlo.

Nuestro truco: No remover con cuchara el guiso cuando esté cociéndose a fuego lento. Conviene coger la cazuela por las asas y agitarla con movimientos circulares de vez en cuando para que se distribuya bien el calor entre las patatas, evitar que se

peguen y conseguir que el almidón espese la salsa de forma natural.

Tiempo de elaboración: 1 hora.

Dificultad: principiantes.

Precio aprox.: 6 €/persona.

Conservación: dos días en nevera. Admite congelación.

Calorías aprox.: 450/ración.

Patatas gratinadas

Ingredientes para 6 personas:

1 kg de patatas, 300 ml de leche entera, 200 ml de nata (35% materia grasa), 100 g de queso (Gruyère, Emmental o Cheddar), sal, pimienta negra, nuez moscada rallada, mantequilla para engrasar el molde.

Modo de hacerlo:

Engrasar una fuente de horno con la mantequilla. Pelar las patatas y cortarlas con mandolina en rodajas muy finas. No lavarlas. Precalentar el horno a 180 °C. En un bol grande, mezclar la leche y la nata. Salpimentar y añadir una pizca de nuez moscada. Sumergir las patatas en la mezcla. Colocar las patatas en capas bien apretadas dentro del molde, procurando que queden uniformes. Terminar con el líquido restante. Hornear de unos 45 a 60 minutos a 180 °C, hasta que estén blandas al pincharlas y el líquido se haya absorbido.

Retirarlo del horno, espolvorear el queso rallado sobre la superficie y volver a hornear con el grill de 10 a 15 minutos, hasta que la superficie esté dorada.

Dejarlo reposar fuera del horno 10 minutos antes de servir.

Nuestro truco: añadir a la mezcla de leche y nata el queso rallado.

Tiempo de elaboración: 1 hora y media.

Dificultad: principiantes.

Precio aprox.: 3 €/persona.

Conservación: 2 días en nevera.

Calorías aprox.: 350/ración.

Patatas revolconas

Ingredientes

para 4-6 personas:

1 kg de patatas, 100 g de panceta fresca o torrezno, 3-4 dientes de ajo, 2-3 cucharadas de pimentón de La Vera, aceite de oliva Virgen Extra, sal.

Modo de hacerlo:

Pelar y cortar en trozos grandes las patatas. Ponerlas a cocer en una cazuela con abundante agua fría y sal.

Mientras, cortar la panceta (o torreznos) en trozos. En una sartén amplia, freírla con un poco de aceite hasta que quede dorada y crujiente. Reservarlo con toda la grasa en la sartén.

En la misma sartén, sofreír los dientes de ajo enteros a fuego bajo hasta que se doren sin que se quemen. Retirar la sartén del fuego para que el aceite se temple. Añadir fuera del fuego el pimentón y remover rápidamente para que se disuelva sin quemarse.

Escurrir las patatas cocidas, verterlas en la sartén y machacarlas con una cuchara de madera, mezclándolas con el aceite, ajo y pimentón.

Remover hasta que el puré adquiera un color rojizo uniforme y brillante, con una textura rústica. Rectificar de sal si es necesario. Servirlas muy calientes, con los torreznos.

Nuestro truco: utilizar un poco del agua de cocción para hidratar el machacado, si queda demasiado seco.

Tiempo de elaboración: 1 hora.

Dificultad: principiantes.

Precio aprox.: 2 €/persona.

Conservación: dos días en nevera.

Calorías aprox.: 420/ración.

...Y OCHO BÁSICOS

Patatas asadas

Modo de hacerlo:

Precalentar el horno a 200°C. Lavar y secar las patatas. Pincharlas con un tenedor (muy importante). Frotarlas con un poco de aceite. Envolver cada una en papel de aluminio de modo que queden selladas. Colocarlas sobre la rejilla o una bandeja, y hornear entre 60 y 90 minutos, según el tamaño. Están listas cuando, al pincharlas (a través del papel de aluminio) el tenedor entra con facilidad. Retirarlas del horno y, con cuidado, desenvolverlas. Hacerles un corte a lo largo, presionar suavemente para que el interior se esponje y salpimentar o añadir rellenos al gusto.

Nuestro truco: hornear los últimos 10-15 minutos con el aluminio abierto y subir la temperatura a 220 °C para que la piel quede más crujiente

Patatas paja

Modo de hacerlo:

Cortar las patatas con una mandolina y colocarlas en un bol con agua fría. Lavar y cambiar el agua varias veces hasta que salga transparente. Escurrir el agua y extender las patatas sobre un paño de cocina limpio o papel absorbente para secarlas por completo. Calentar abundante aceite a una temperatura alta. Freír las patatas en pequeñas dosis. Remover con cuidado con una espumadera y retirarlas cuando se doren.

Nuestro truco: sacarlas y colocarlas sobre papel absorbente. Sazonar con sal fina.

Patatas chips

Modo de hacerlo:

Pelar las patatas y cortarlas en rodajas lo más finas posibles. Colocarlas en un bol con agua fría. Lavarlas varias veces, cambiando el agua, hasta que salga clara. Sacarlas y colocarlas secarlas completamente. Calentar abundante aceite a una temperatura media-alta. Freír las pa-

tatas en pequeñas tandas 3-5 min. o hasta que empiecen a dorarse.

Nuestro truco: colocarlas sobre papel absorbente para eliminar el exceso de aceite. Salar cuando estén muy calientes.

Patatas fritas perfectas

Modo de hacerlo:

Utiliza variedades con alto contenido de almidón, como la patata Monalisa, Kennebec, o patatas para freír. Es importante que no sean patatas nuevas. Pelar las patatas y cortarlas en bastones uniformes de 6-8 mm de grosor. Colocarlos en un bol grande, cubrirlos con agua fría y dejarlos a remojo entre 30 minutos y 1 hora, para eliminar el exceso de almidón. Escurrir el agua y secarlas. Calentar abundante aceite a temperatura media-baja. Freírlas en pequeñas tandas entre 6-8 minutos. Deben quedar cocidas por dentro, pero sin dorarse. Escurrirlas del aceite y colocarlas en un plato con papel absorbente para eliminar el exceso de aceite. Dejarlas reposar 10-15 min. para que se enfríen ligeramente. Freírlas por segunda vez: subir la temperatura del aceite a unos 180 °C - 190 °C.

Nuestro truco: volver a freír las patatas en tandas pequeñas durante 2-4 minutos, o hasta que se doren. Salarlas.

Patatas rústicas al horno

Modo de hacerlo:

Precalentar el horno a 200 °C. Lavar las patatas sin pelarlas. Cortarlas en gajos o en dados grandes en trozos uniformes. Colocarlas en un bol grande. Añadir aceite, sal, pimienta, romero, orégano y ajo. Remover hasta que las patatas se impregnen bien. Extenderlas sobre una bandeja de horno y hornear 35-45 min. aprox. A mitad de cocción, darles la vuelta para que se doren por todos lados.

Nuestro truco: para comprobar el punto, pinchar para ver si están blandas en su interior y doradas y crujientes por fuera.

Parmentier

Modo de hacerlo:

Cocer las patatas sin pelar en agua con sal hasta que estén tiernas. Escurrirlas, pelarlas y pasarlas por un pasapuré. No usar batidora eléctrica. Colocarlas en una cazuela a fuego muy bajo. Incorporar la mantequilla fría en cubos, batiendo vigorosamente con una cuchara de madera hasta que se integre. Incorporar queso rallado emmental y nata gradualmente, sin dejar de batir, hasta conseguir la textura deseada.

Nuestro truco: terminar con una pizca de nuez moscada.

Papas aliñás

Modo de hacerlo:

Cocer las patatas (para hervir) sin pelar en agua y sal. Dejarlas enfriar. Pelarlas y cortarlas en dados. Aparte, cocer dos huevos, pelarlos y picarlos. Lavar y picar un pimiento verde y otro rojo y 2 cebollas en dados pequeños.

En un bol grande, mezclar las patatas, los pimientos, la cebolla, 1 lata de ventresca desmigada y el huevo.

Preparar un aliño de aceite de oliva Virgen Extra, vinagre y sal.

Aliñar la ensalada al menos 30 minutos antes para que tome sabor.

Nuestro truco: dejarla reposar en la nevera. Servirla fría.

Patatas a lo pobre

Modo de hacerlo:

Pelar las patatas (1 kg) y cortarlas en rodajas ni gruesas ni demasiado finas. Cortar 2 cebollas grandes en plumas. Calentar aceite a fuego medio-bajo en una sartén grande. Añadir las patatas y la cebolla, sazonar con sal. Tapar la sartén y cocinarlo a fuego muy lento 30-40 min. aprox., removiendo de vez en cuando, hasta que las patatas estén tiernas y melosas. Escurrir el exceso de aceite y servir.

SUSCRÍBETE

12 números por sólo 59,95€/año

De regalo, un lote de productos SELVERT

THE THERMAL
GENÈVE - BARCELONA



Lote
valorado en
181€



RELLENA LAS ARRUGAS. REHIDRATA Y PRESERVA LA JUVENTUD DE LA PIEL

Extraordinaria línea anti-edad que rellena y corrige visiblemente las arrugas más profundas e hidrata en profundidad gracias a potentes fórmulas que combinan las sinergias del ácido hialurónico –de alto, medio y bajo peso molecular- y la Vitamina B3 (Niacinamida). La piel vuelve a mostrarse tersa, joven y luminosa. En todo su esplendor.

SPLENDOUR HYALURONIC & VITAMIN B3 PLUMP CREAM. SPF 15 | 50 ML

Crema redensificadora e hidratante que suaviza las arrugas y líneas de expresión gracias a su formulación con ácido hialurónico y niacinamida.

LOTE VALORADO EN 181 €

SPLENDOUR HYALURONIC & VITAMIN B3 PLUMP SERUM | 30 ML

Efectivo sérum que proporciona una hidratación profunda a la piel a la vez que ayuda a redensificarla, difuminando arrugas y líneas de expresión.

O si prefieres suscríbete a la **edición digital** por sólo **6,99€/año**
Llama ahora al **91 275 19 85** o entra en suscripcion.telva.com

*Promoción válida sólo en territorio español, peninsular y Baleares.

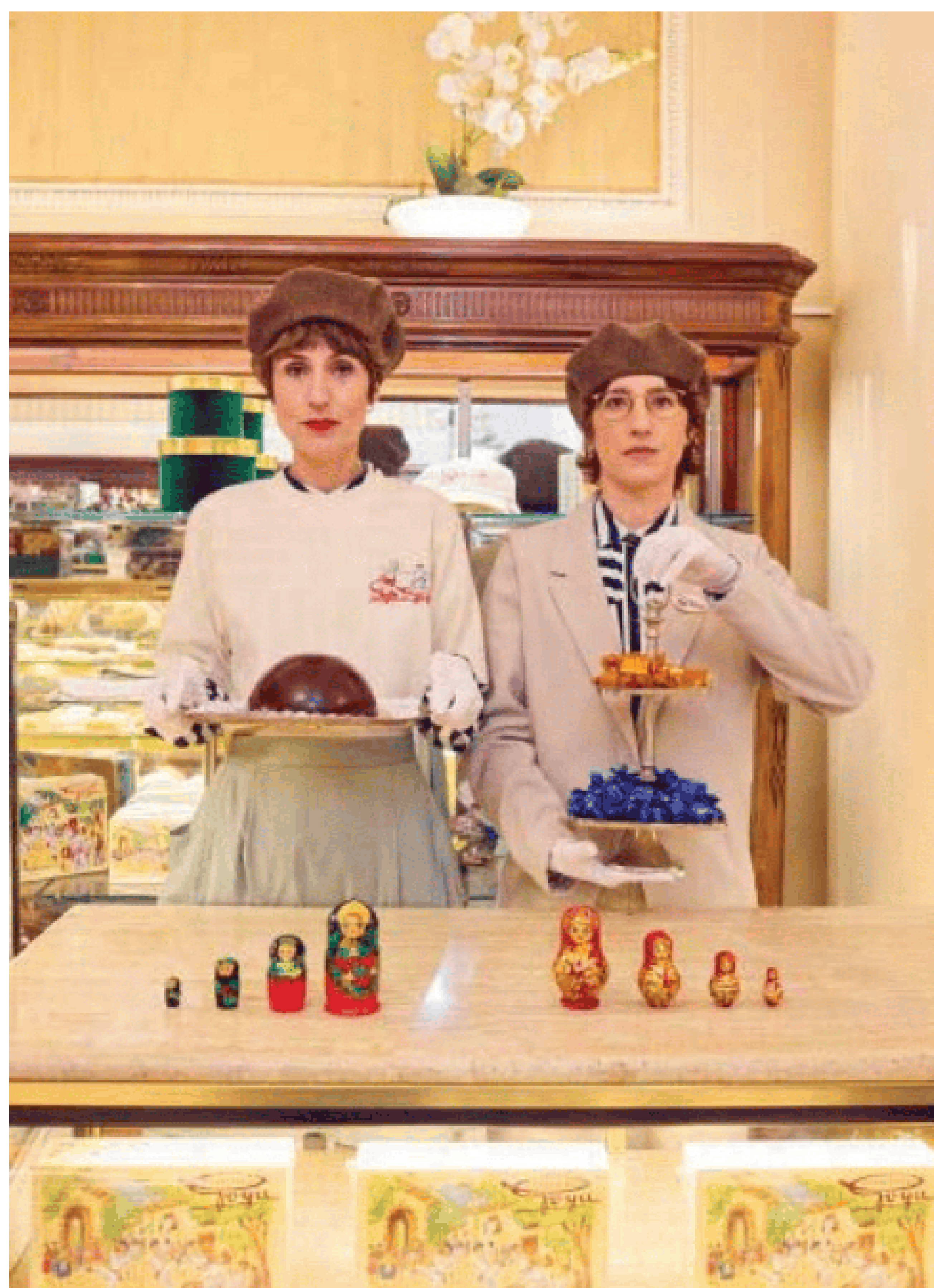
SUSCRÍBETE



NOVEDADES • EVENTOS • NUEVAS TIENDAS

toma nota

—Redacción TELVA.



SKFK MODA Y CONFITURAS GOYA VITORIA

Colección cápsula

La firma vasca SKFK ha lanzado una colección cápsula donde la moda y las tradiciones se unen. Los célebres bombones "Vasquitos y Nesquitas" de esta confitería centenaria (su origen se remonta a 1886), han servido para crear algunas piezas únicas de edición limitada. Sudaderas, camisetas y un pañuelo que ya es un clásico, componen esta colección que recuerda el universo mágico del cineasta Wes Anderson. Las colaboraciones en formato cápsula están de moda: La Duquesita en Madrid, Maison Adam en Biarritz o À la Mère de Famille en París, son otras confiterías míticas que se apuntan a esta tendencia.

(skfk-ethical-fashion.com) (confiturasgoya.es)





BOJ

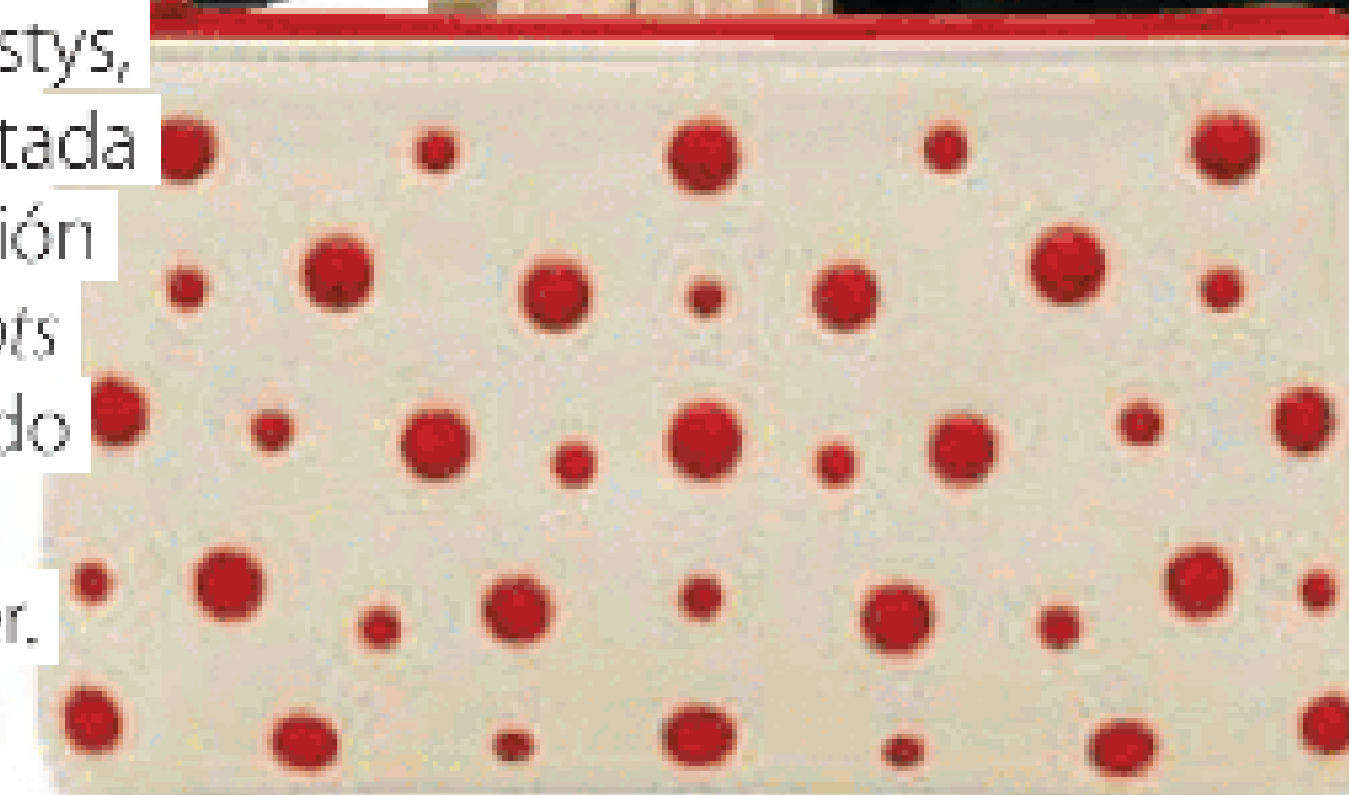
Alerta: nueva marca

Cada prenda nace en su atelier de Vigo, bajo una filosofía artesanal que devuelve a la moda su valor humano. Cada talla tiene su propio patrón, cada tejido se elige con criterio y cada colección se fabrica en unidades limitadas, evitando la sobreproducción. (bojwoman.com)



CRISTINA CASTAÑER Inspiración Kusama

Cristina Castañer, fundadora de MyBestys, es la primera diseñadora española invitada a crear una colección para la Fundación Beyeler, inspirada en los icónicos dots de Yayoi Kusama. Cristina ha rescatado para el proyecto forros vintage de antiguas espardeñas de Castañer. (fondationbeyeler.ch)



PROVACUNO

Alta cocina por una buena causa

Dieciséis chefs, algunos con estrella Michelin, han participado en la comida solidaria en beneficio de personas necesitadas que organiza PROVACUNO con el apoyo del alcalde José Luis Martínez-Almeida. (provacuno.es)



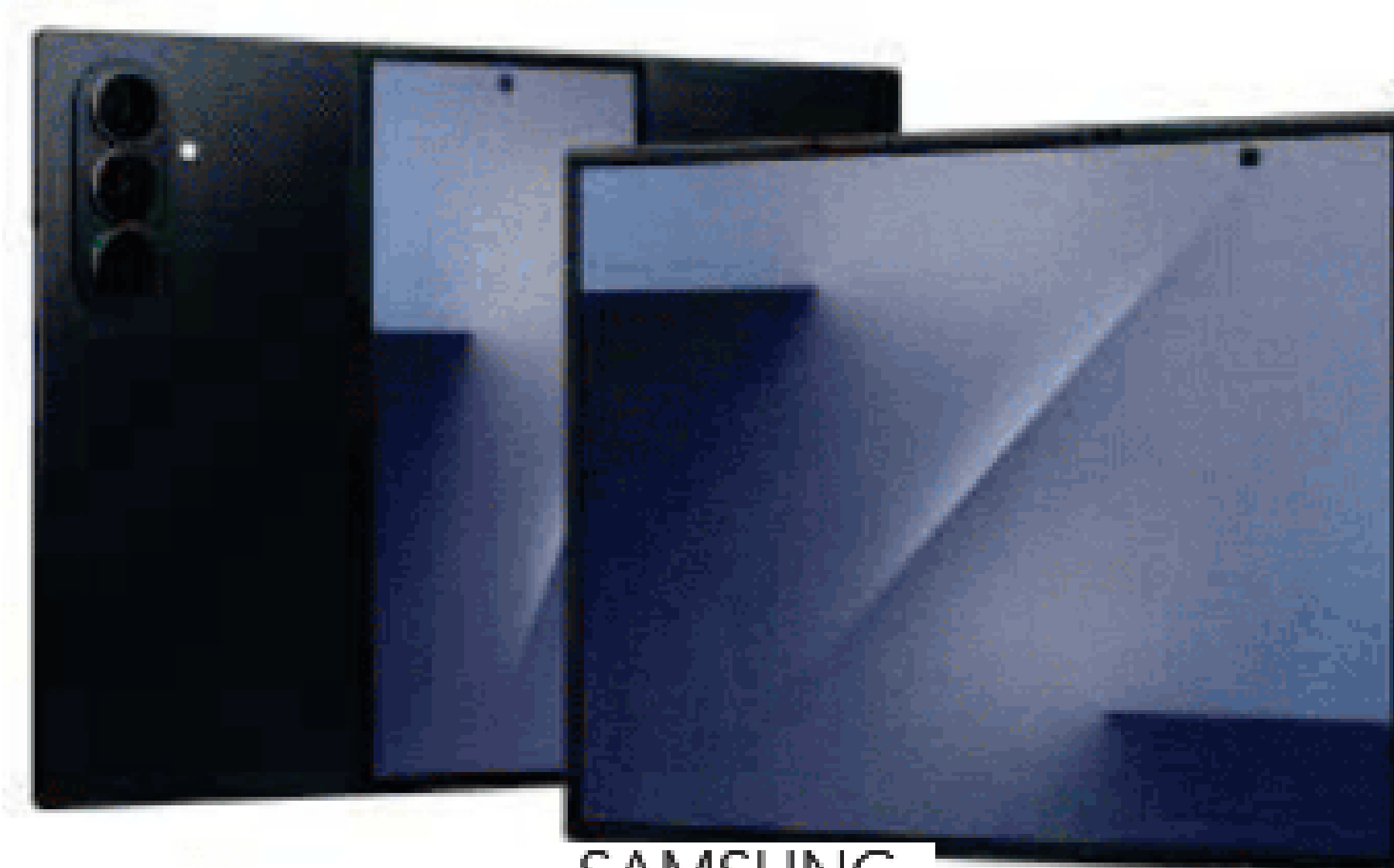
Guess Para celebrar San Valentín presenta una selección especial de joyería con la nueva "Beloved Collection". Protagonizada por el icónico motivo del corazón, incluye collares con corazones pavé y cadenas finas, anillos solitarios de cristal... (guess.eu)



ANEKKE

Viajando por el mundo

La historia de Anekke comenzó en 2015 en Petrer (Alicante) cuando tres hermanos con una larga trayectoria en el mundo de la marroquinería lanzaron sus colecciones de bolsos, ropa y accesorios con diseños inspirados en historias sobre viajes y mujeres icónicas. (anekke.es)



SAMSUNG

Una visualización cinematográfica

El nuevo Galaxy Z TriFold, de alta gama y ultra rendimiento, cuenta con un diseño multiplegable (se despliega dos veces) y una pantalla inmersiva de 10 pulgadas que proporciona una visualización cinematográfica. (samsung.com)

LA LISTA QUE ME INSPIRA

KIRA MIRO

¿QUIÉN TE HACE REÍR A CARCAJADAS?

Salva Reina.



LO CONTRARIO DEL SEX-APPEAL

La prepotencia.

UN PAPEL QUE TE HUBIERA GUSTADO INTERPRETAR.

Eva al desnudo.



FOTO: ENRIQUE ESCANDELL

Acaba de estrenar la cuarta temporada de Machos Alfa (Netflix) y la veremos en otra serie y dos películas más a lo largo de 2026. Prefiere escuchar que hablar, le encanta hacer kitesurf, come chicle antes de actuar y le seduce, sobre todo, el sentido del humor.



LA PELÍCULA QUE MÁS VECES HAS VISTO EN TU VIDA

Los Goonies.

¿QUÉ CANCIÓN SE TE HA QUEDADO PEGADA ÚLTIMAMENTE?

Sauvignon blanc (de Rosalía).

UNA ACTRIZ

Margot Robbie.



La última película que te ha maravillado. *Los domingos.* **Tu película perfecta.** *La peor persona del mundo.* **Un papel que te hubiera gustado interpretar.** *Eva al desnudo.* **El libro que tienes en tu mesilla de noche.** *Deja de ser tú*, de Joe Dispenza. **Un escritor al que siempre vuelves.** Amelie Nothomb. **Con quién te gustaría salir a cenar.** Diana de Gales. **Una canción que te da subidón.** *Bohemian Rhapsody.* **Una obra de arte que te llevarías a casa.** *El beso*, de Klimt. **Un ídolo.** Mi madre. **Lo que más te gusta hacer.** Kitesurf. **Lo que menos.** Esperar. **El mejor concierto en el que has estado.** Ibrahim Maalouf, en la sala Apolo, ¡apoteósico! **Un actor.** Daniel Day-Lewis. **Tu escena favorita de película.** El monólogo del padre en *Call me by your name*. **Una manía:** Comer chicle antes de actuar. **Qué te quita el sueño.** Las injusticias. **Algo que antes te gustaba, pero ya no...** Las discotecas. **Qué talento te gustaría tener y no tienes.** Cantar como los ángeles. **Qué talento tienes y desconocemos.** Lo desconozco yo también. **Algo que cambiarías de ti misma.** Estoy en constante cambio. **Tu menú favorito.** Espaguetis boloñesa. **Qué te aburre soberanamente.** El egocentrismo. **Qué te atrae más de una persona.** La buena actitud y el sentido del humor. **La expresión que más repites.** Lo que sucede, conviene. **La última mala idea que has tenido.** Meter mi vestido favorito en la lavadora. Ha salido para una niña de tres años. **Un personaje histórico al que admiras.** Frida Kahlo. **No puedes pasar sin...** Ver a mi familia. **Un propósito que nunca cumples.** Irme a estudiar inglés. **Qué haces cuando no tienes nada que hacer.** Ver a mi gente, viajar, ir al teatro, al cine, cuidar de mis sobrinos... **Nunca sales de casa sin...** Bálsamo labial. **Tu tema favorito de conversación.** Soy más de escuchar que de hablar. **En quién te reencarnarías.** En una estrella de la música. **Lo último que haces antes de irte a dormir.** Doy gracias infinitas por esta vida afortunada.

—César Suárez.



Nº 6

TELVA

Living

EN EL QUIOSCO EL 19 DE MARZO CON TELVA*



Cartier



Esta REVISTA fue DESCARGADA de JAROCHOS. Puedes
accesar a nuestro GRUPO PRINCIPAL en TELEGRAM a través
del Grupo de paso

@PurgatorioJarocho
<https://t.me/purgatoriojarocho>

En Jarocho NO promovemos ni incentivamos el uso inadecuado de autoría intelectual, solo compartimos material que ya se encuentra en Internet con una simple búsqueda en cualquier buscador o en sitios como PDFMagazine, WordlMagz, etc.
Si piensas que se están socavando tus derechos de autor mándanos un mensaje (con previa identificación como portador de los derechos sobre el material reclamado) solicitando la retirada del material.